deutsche stiftung eierstockkrebs
german ovarian cancer foundation

Jahrgang 8 | Ausgabe 2/2018
© Dezember 2018, Berlin

DIE *zweite* STIMME

DAS MAGAZIN ZUM THEMA EIERSTOCK-KREBS

MEDIZIN AKTUELL
Was tun, wenn der Eierstock-, Eileiter- oder Bauchfellkrebs wiederkommt?

HIGHTLIGHTS 2018
1. Literaturwettbewerb der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs – Das sind die Sieger

EXPERTEN-INTERVIEW
Langzeitüberleben mit Eierstockkrebs – Gibt es einen Code?

ZUGEHÖRT
Humor und Krebs: Wie passt das zusammen? – Interview mit Mirjam Hegeman

WINTER-SPECIAL
Tipps für die kalte Jahreszeit:

Wellness, Immunsystem und Ernährung

INHALT

Vorwort ... 3
Das Team ... 3

MEDIZIN AKTUELL

S. 4 **Rezidive nach Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs** – Interview mit Prof. Dr. med. Jalid Sehouli

S. 8 **Mythen und Fakten** zum Eierstockkrebs

S. 9 **Wechselwirkungen** von typischen Medikamenten bei Eierstockkrebs – Folge 2

IHRE STIMME FÜR DIE FORSCHUNG

S. 12 **Aktuelle Studien** im Überblick

AKTION: SPENDE DEIN DINNER

S. 15 **Sascha Weiss:** Zwiebeltarte – Roquefort und Portweinfeige

EXPERTEN-INTEVIEW

S. 16 **Langzeitüberleben mit Eierstockkrebs** Interview mit Dr. med. Hannah Woopen

LEBEN MIT KREBS

S. 19 **Das BRCA-Netzwerk** – Hilfe bei familiärem Brust- und Eierstockkrebs

PROMINENTE UNTERSTÜTZUNG

S. 20 **„Wir sollten mit dieser Krankheit ganz normal umgehen“** – Interview mit Patricia Riekel

ZUGEHÖRT

S. 20 **Lebensfreude durch Spielfreude** – Interview mit Mirjam Hegeman

DIWA

S. 27 **Was gibt es Neues?**

BUCH- UND INTERNET-TIPPS

S. 28 **Bücher und Websites** für Patientinnen und Interessierte

NEWS

S. 30 **News aus Deutschland und der Welt**

DIE DEUTSCHE STIFTUNG EIERSTOCKKREBS

S. 33 **Über die Stiftung**

WINTER-SPECIAL

S. 34 **Winterzeit = Erkältungszeit:** So können Sie sich während der Krebstherapie vor Infekten schützen

S. 36 **Wellness während der Krebstherapie** – Geht das?

S. 39 **Mit der richtigen Ernährung gestärkt durch den Winter und durch die Krebstherapie** – Interview mit Prof. Dr. med. Andreas Michalsen

NEUES AUS DER STIFTUNG

S. 42 **Wettbewerb** „Malen gegen Eierstockkrebs“ der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs und der Europäischen Gilde für Medizin und Kultur

S. 43 **„Informiert und kreativ“** – Schreib- und Kreativtour der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs geht auf Deutschlandtour

S. 43 **„Mein Wissen ist meine Chance“:** Neuer Therapiebegleiter erschienen

S. 44 **„Ich lebe“** – Start der neuen Wanderausstellung

RÜCKBLICK: HIGHLIGHTS 2018

S. 45 **Das war der Welteierstockkrebstag 2018 in Berlin**

S. 48 **1. Literaturwettbewerb der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs** – Das sind die Sieger

Dabei sein und mitmachen! Wichtige Termine für Sie ... 51
Impressum ... 51

Liebe Leserinnen und Leser,

vor Ihnen liegt die Herbstausgabe Ihrer Patientenzeitschrift „Die zweite Stimme“ der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs. In der letzten Ausgabe berichteten wir – mit einem wunderbaren Titelfoto – über die so mutige und doch letztlich ihrer Krankheit erlegene junge Patientin Nancy Dietze. Die Resonanz war sehr groß und positiv, sie war überwältigend. Die Geschichte von Nancy Dietze ging um die ganze Welt. Wir danken allen für ihre Unterstützung.

Die Redaktion hat nun – neben den Berichten über außergewöhnliche Persönlichkeiten – wieder viel Wissenswertes zu dem großen Thema Eierstockkrebs zusammengestellt. In unserem „Winter-Special“ geht es um die Themen Wellness und um die Stärkung des Immunsystems. Auch die Ernährung spielt dabei eine wichtige Rolle. Lesen Sie dazu die Anmerkungen des Experten Prof. Dr. med. Andreas Michalsen.

Die molekulare Diagnostik und Therapie von Tumorerkrankungen macht riesige und rasche Fortschritte. Diese innovativen Erkenntnisse eröffnen für Patientinnen auch im Bereich Eierstockkrebs völlig neue Möglichkeiten. Die erst vor kurzem auf dem europaweit größten Krebskongress (ESMO) vorgestellte Studie (SOLO-1) zur Erstlinientherapie mit einem sogenannten PARP-Hemmer bei Frauen mit BRCA-Mutationen, die zielgerichtet in den Reparaturmechanismus der Krebszelle eingreift, eröffnet neue Optionen für Frauen bei der Ersterkrankung und lässt hoffen, dass dieser Paradigmenwechsel auch für Frauen ohne genetische Belastung die Behandlungsmöglichkeiten weiter verbessert. Die Studien, die dies beantworten können, werden schon im nächsten Jahr erwartet. Dies Studie unterstreicht zudem ein Mal mehr, wie wichtig die Teilnahme an den Studien der deutschen Studiengruppen AGO und NOGGO ist. Bitte fragen Sie stets nach der Möglichkeit, sich an einer Studie zu beteiligen.

Außerdem freuen wir uns sehr, dass die Deutsche Stiftung Eierstockkrebs in Zusammenarbeit mit verschiedenen Ovar-Selbsthilfegruppen und vielen verschiedenen Expertinnen und Experten einen „Therapieguide“ entwickelt hat, der die Patientinnen im Umgang mit der Erkrankung und den unzähligen Untersuchungsergebnissen unterstützen soll.

Bereits jetzt möchten wir auf den nächsten Welteierstockkrebstag hinweisen und Sie zur zentralen Veranstaltung am 12.5.2019 nach Berlin einladen. Diesmal wird es zudem die Möglichkeit geben, von überall dieses Ereignis per Internet via „livestream“ zu begleiten.

Dieses Jahr wurde die Aktion „Malen gegen Eierstockkrebs“ ausgerufen, ähnlich wie der Literaturwettbewerb wird sicher auch dieses Ereignis ein großer Erfolg. Bitte machen Sie mit!

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei der Lektüre, über Anregungen oder Fragen freuen wir uns sehr.

Mit freundlichen Grüßen aus Berlin

Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
Deutsche Stiftung Eierstockkrebs

Joachim Herchenhan
Redaktionsleiter

Das Team

Herausgeber / Copyright: AH MedCom GmbH
Amalienpark 5, 13187 Berlin
Wissenschaftliche Leitung: Prof. Dr. med. Jalid Sehouli (JS)
Projektleitung, Konzept & Text: Joachim Herchenhan (JH)
Texte, Recherche, Interviews: Bettina Neugebauer (BN)
Layout, Satz, Druckvorbereitung: Susanne Liebsch (SL)
Produktion: AH MedCom

WAS TUN, WENN DER EIERSTOCK-, EILEITER- ODER BAUCHFELLKREBS WIEDERKOMMT?

Interview mit Prof. Dr. med. Jalid Sehouli

Herr Professor Sehouli, warum kann es nach zunächst erfolgreicher Behandlung zu einem Rezidiv kommen?
Leider können Krebszellen völlig unsichtbar sein, so dass trotz ausgiebiger Operation Tumorzellen zurückbleiben können. Dazu kommt, dass nicht alle Krebszellen und ihre Stammzellen in der Wachstumsphase sein können. Dies ist aber die Voraussetzung, dass die anschließende Chemotherapie die restlichen Zellen angreifen kann. Einige Krebszellen können sich in einer Art „Schlafphase“ befinden, so dass die auf schnellteilende Zellen ausgerichtete Chemotherapie bei diesen nicht wirksam sein kann.

Was raten Sie als Experte der Patientin im Fall eines Rezidivs?
So ernst die Situation damit ist und viel Frustration und Angst im Raum steht, sollte man bedacht damit umgehen und alle Behandlungsmethoden erst einmal präsentiert bekommen, um dann die beste Therapiestrategie auszuwählen. Hierzu zählt auch die Nutzung der „Zweitmeinung“ (Second Opinion), die unbedingt bestimmten Qualitätsanforderungen gerecht werden muss.

Was meinen Sie mit „Qualitätsanforderungen gerecht werden muss“?
Ich meine damit, dass der Arzt, der die Zweitmeinung abgibt, auch wirklich auf alle therapeutischen Optionen hinweisen soll, d.h. auch über die Möglichkeit zur Teilnahme an innovativen Studien der NOGGO und AGO. Grundsätzlich gilt, dass es bei Wiederauftreten des Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs stets wieder neue Möglichkeiten gibt.

Jede Patientin sollte ihren Arzt fragen, welche Erfahrungen und laufende Projekte er/sie bei der jeweiligen Erkrankung hat und ob die Möglichkeit besteht, an einer Studie teilzunehmen. Fragen Sie nach der Teilnahme von Qualitätssicherungskonzepten und Publikationen in Fachzeitschriften. Fragen Sie nach Studien. Nur hier stehen neueste Behandlungsverfahren frühzeitig zur Verfügung.

Grundsätzlich gilt: Es ist wichtig, mehr als eine Option zu haben,

gerade wenn die Krebserkrankung fortgeschritten ist oder wenn es zum Wiederauftreten (Rezidiv) gekommen ist. Dabei können Studien helfen. Das konnten nationale und internationale Studien eindeutig zeigen. Nach einer Studie der Arbeitsgemeinschaft Gynäkologische Onkologie (AGO) konnte zudem gezeigt werden, dass die Behandlungsergebnisse in Kliniken, die an Studien zum Eierstockkrebs teilgenommen haben, deutlich besser waren als in Kliniken, die nicht an Studien teilnahmen. Die Studienteilnahme eines Zentrums ist schon per se ein Qualitätsmerkmal.

Bitte erklären Sie das mit der „Second Opinion" einmal näher

Unter einer Second Opinion versteht man an sich eine Zweitmeinung, wobei hier auch die Zweitbegutachtung des Tumorgewebes einbezogen sein kann.

Nach verschiedenen nationalen und internationalen Studien ist insbesondere bei seltenen Tumoren (z. B. Keimstrangtumoren, wie dem Granulosazelltumor, aber auch dem Eierstockkrebs) die Gewebediagnose schwierig und sie kann in einigen Fällen auch fehlinterpretiert werden. Daher kann es durchaus angebracht sein, die Gewebeschnitte der letzten Operation oder Gewebeproben von einem spezialisierten Institut (Referenzpathologie) überprüfen zu lassen.

Bei den Zweitmeinungen werden unterschiedliche Möglichkeiten unterschieden:
Schriftliche Anfrage und persönliche Vorstellung. Ich empfehle stets die persönliche Vorstellung, da eine schriftliche Zweitmeinung an sich nur eine Orientierung darstellen kann. Viele therapieentscheidende Faktoren sind allein aus den Dokumenten gar nicht erkennbar. Auch können sich die Untersuchungsergebnisse, wie Ultraschall usw. über

die Zeit sehr ändern. Gerade für die Rezidivsituation sind die körperliche Untersuchung und die Anamnese von entscheidender Bedeutung. Daher ist meine Empfehlung, wann immer möglich eine persönliche Vorstellung zu organisieren. Für den Behandler ist es sehr wichtig, welcher Mensch einem gegenüber sitzt, was dieser Mensch erwartet, welche Erfahrungen und Erwartungen dieser Mensch hat. Auch dies ist wichtig für die Formulierung der besten Therapieentscheidung.

Prof. Dr. med. Jalid Sehouli,
Direktor der Klinik für Gynäkologie der Charité–Universitätsmedizin Berlin (Campus Virchow-Klinikum, Campus Benjamin Franklin), Leiter des Europäischen Kompetenzzentrums für Eierstockkrebs

Und was ist noch wichtig, wenn eine Zweitmeinung eingeholt wird?
Dass man sich möglichst begleiten lässt, da vier Augen meist mehr sehen, und vier Ohren mehr hören. Bringen Sie alle Befunde der Vortherapien (u. a. feingewebliche Befunde, Operationsberichte) mit und aktuelle Behandlungsergebnisse, wie Computertomographie (Befund und Bilder).

Ein wichtiges Thema ist die Rezidiv-OP. Was steckt dahinter?
Eine Operation kann durchaus eine Option sein. Viele Faktoren müssen aber beachtet werden. So sind das Operationsergebnis und der Verlauf der ersten Operation wichtig. Hierbei sind sowohl das Resultat (tumorfrei oder nicht tumorfrei) als auch die verschiedenen operativen Maßnahmen (z. B. mit oder ohne Darmteilentfernung) und eventuelle Komplikationen (z. B. Wundheilungsstörungen, Darmverschluss) bedeutsam. Außerdem ist die Operation stets nur eine Kann-Option und muss im Gesamtkonzept der medikamentösen Therapie diskutiert werden. Die Erfahrung ist hier sehr wichtig, da es nur durch das geeignete Gesamtkonzept eine erfolgreiche Therapiestrategie geben kann. Weitere Faktoren für die Entscheidung Operation „ja“ oder „nein“ sind: Allgemeinzustand, körperliche und psychische Belastungsreserven, Erwartungen, therapiefreies Intervall, aktuelle Beschwerden, aktuelles Tumorbefallmuster.

Kann jedes Krankenhaus so eine OP durchführen?
Grundsätzlich ja, aber wie bei der Erstbehandlung geht es hierbei um Qualität und die Kompetenz, und zwar auf der Ebene der Operation, wie auch der medikamentösen Therapie. Die Behandlung sollte daher nur in „echten Zentren“ erfolgen.

Welche Chancen und Risiken gibt es bei einer Rezidiv-OP?
Insgesamt sind die Komplikationen ähnlich wie bei der Erstoperation. Es hängt davon ab, was und wie operiert wird und welche anderen Begleiterkrankungen, wie z. B. Zuckerkrankheit oder Herzerkrankungen bei der Patientin vorliegen. Die Operationen beim Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs gehören zu den aufwendigsten Operationen überhaupt in der Krebsmedizin. Es bedarf einer sehr großen Infrastruktur und einer hohen interdisziplinären und interprofessionellen Zusammenarbeit.

Bei der Operation bei Wiederauftreten gilt es zu unterscheiden, warum operiert wird. So werden z. B. Operationen aufgrund eines Darmverschlusses durchgeführt. Geht es um eine Verlängerung der Zeit bis zum nächsten Wiederauftreten (Rezidiv), dann scheinen nur Frauen, bei denen es gelingt, alle sichtbaren Tumorknoten zu entfernen, zu profitieren.

Wie sind denn die Chancen, ein Rezidiv länger zu überleben?
In unserer aktuellen Studie „Carolin meets HANNA“ untersuchen wir momentan Frauen mit sehr langen Krankheitsgeschichten. Unsere längste Geschichte hat zur Zeit eine beindruckende Frau mit mehreren Rezidiven über einen Zeitraum von 36 Jahren.

Wir suchen nach verschiedenen Faktoren, die mit diesem sogenannten „Langzeitüberleben“ zusammenhängen.

Die Behandlung sollte nur in «echten Zentren» erfolgen.

...und haben Sie den Code?
Wir sind auf der Suche, schauen nach den unterschiedlichsten Dingen wie Genetik, Tumorbiologie, Ernährung, Lebensgewohnheiten, Immunsystem und vielem mehr. Aktuell kann ich nur sagen, dass eine Frau grundsätzlich trotz der Unheilbarkeit des Rezidivs eine Langzeitüberlebende sein kann.

Und wenn es zu mehreren Rezidiven kommt?
Leider kommt es meist zu einem erneuten Wiederauftreten der Krebserkrankung. Daher geht es in der Behandlung eher um ein „was zu welcher Zeit“, als dass man sich nur auf eine „Entweder-oder-Diskussion“ einlassen sollte. So wie die Zuckerkrankheit oder der Bluthochdruck unheilbar sind, so versuchen wir gerade den Eierstockkrebs ebenfalls von einer tödlichen in eine chronische Krankheit zu überführen und die Therapie je nach Krankheitssituation anzupassen.

Was bringen die neuen Möglichkeiten der Tumorcharakterisierung einschließlich aufwendiger Mutationsanalysen für die Patientinnen.
Die Einführung der sogenannten PARP-Hemmer, die in den Reparaturmechanismus der Tumorzelle eingreifen, sind das beste Beispiel dafür, dass wir mit Biomarkern neue Therapiestrategien entwickeln können. Wir können so viel besser bestimmte Patientinnen für bestimmte innovative Therapien auswählen. Diese Analysen gehen weiter. Neben den bekannten Mutationen, wie BRCA-Genen, anderen Mutationen und Proteinmustern des Tumorgewebes und der unmittelbaren Umgebung der Krebszellen werden immer mehr immunologische Faktoren untersucht. Dann gilt es, diese tumorspezifischen Faktoren mit dem Wissen aus den klinischen Studien und den anderen Faktoren der Patientin sowie ihrer Organfunktionen und Laborwerte zusammen zu bringen, um daraus die geeignetste Therapie auszuwählen. Wir haben in Zusammenarbeit mit der Klinik Essen-Mitte und mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse ein neuartiges Konzept entwickelt, um diese Herausforderungen im Rahmen eines wissenschaftlichen Projekts auszuwerten.

Es gibt also heute immer neue Möglichkeiten, ein oder mehrere Rezidive erfolgreich zu behandeln. Das sind ermutigende Informationen für die Patientinnen. Vielen Dank für die Beantwortung dieser wichtigen Fragen.

Das Interview führte
Joachim Herchenhan

MYTHEN UND FAKTEN

ZUM EIERSTOCKKREBS

Mythos

Infusionen sind wirksamer als Tabletten

Grundsätzlich sind alle durch die Behörden zugelassenen Medikamente wirksam. Liegt ein Medikament als Infusion und Tablette vor, wird vorab in Studien festgestellt, was vergleichbar wirksame Dosierungen sind. Eine Infusion hat bestimmte Vorteile, wie z. B. einen schnelleren Eintritt der Wirkung oder die Sicherheit, dass das Medikament auch wirklich im Körper ist.

Oral einzunehmende Arzneimittel wie Tabletten, Kapseln oder Tropfen gelangen durch die Magen-Darm-Passage auch ins Blut, entfalten ihre Wirkung aber, da der Weg länger ist, etwas langsamer als Infusionen. Weil auf dem Weg eine bestimmte Menge an Wirkstoff „verloren" gehen kann, kann der Wirkstoffgehalt unter Umständen unterschiedlich sein.

Dennoch kann es sein, dass je nach Wirksubstanz die Therapie oral oder über die Vene verabreicht werden kann, da beispielsweise die Aktivierung durch Leberenzyme notwendig ist oder die Aufnahme über den Darm nicht möglich ist. Das bedeutet, dass nicht jede Substanz als Infusion und als Tablette bzw. Kapsel verfügbar ist. Demnach ist es auch wichtiger, über die Wirksubstanzen zu sprechen als über die Medikamentenzubereitung. Auch dass Tabletten oder Kapseln grundsätzlich „magenunverträglicher" sind als Infusionen, stimmt so nicht.

Die Wirksamkeit von flüssigen und festen Arzneimitteln ist also grundsätzlich vergleichbar.

Mythos

Fett in der Nahrung ist schädlich bei einer Krebserkrankung

Das stimmt so nicht. Fett ist ein wichtiger Energielieferant für uns Alle. Aber auch hier gilt der Leitsatz des Maßes. Die Deutsche Krebsgesellschaft betitelt dies auf ihrer Webseite mit „gesundheitsfördernde Fette nutzen": „Bevorzugen Sie pflanzliche Öle wie beispielsweise Rapsöl und daraus hergestellte Streichfette. Vermeiden Sie versteckte Fette. Fett steckt oft ‚unsichtbar' in verarbeiteten Lebensmitteln wie Wurst, Gebäck, Süßwaren, Fast-Food und Fertigprodukten. Pflanzliche Öle liefern, wie alle Fette, viele Kalorien. Sie liefern aber auch lebensnotwendige Fettsäuren und Vitamin E."

Mythos

Bei Eierstockkrebs und nach Operationen an den Lymphknoten – auf keinen Fall in die Sauna oder zu Massagen gehen.

Frauen mit Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs sollten stets versuchen, alle Dinge zu tun, die auch nicht betroffene Frauen zur Gesundheitserhaltung unternehmen.

Saunabesuche und Massagen sind grundsätzlich möglich. Natürlich sollten der Kreislauf und der Allgemeinzustand der Frauen dies erlauben. Wenn möglich sollte man in Begleitung in die Sauna gehen. Bei Lymphödemen sind Massagen zur Anregung des Wasserabtransportes angezeigt, Lymphknotenmetastasen sind grundsätzlich keine Kontraindikation. JS

WECHSEL-WIRKUNGEN VON TYPISCHEN MEDIKAMENTEN BEI EIERSTOCK-KREBS

FOLGE 2

Alle zur Behandlung von Krankheiten eingesetzten Medikamente können Wechselwirkungen haben, zum Beispiel mit:

- Anderen Medikamenten
- Nahrungsmitteln
- Bestrahlung und / oder Sonnenstrahlung

In Folge 1 (Ausgabe 1/2018) berichteten wir über die häufigsten eingesetzten Chemotherapeutika Platin-Derivate und Taxane. In dieser Folge 2 werden wir auf mögliche Neben- und Wechselwirkungen sogenannter zielgerichteter Medikamente eingehen.

Jede Patientin sollte auch selbst auf ungewöhnliche Symptome achten und dann mit ihrer Ärztin oder ihrem Arzt darüber sprechen.

Grundsätzlich wird der Arzt jede Patientin auf mögliche Neben- oder Wechselwirkungen hinweisen. Und jede Patientin sollte auf ungewöhnliche Symptome achten. Darüber muss dann rasch mit dem behandelnden Arzt gesprochen werden. Grundsätzlich gilt aber, dass nicht jede der beschriebenen Neben- oder Wechselwirkungen auftreten muss. Vielfach wird von „kann" gesprochen. Hier – in der Herbstausgabe 2018 – wird auf die neueren zielgerichtet wirksamen Arzneimittel, die zur Behandlung von Eierstockkrebs eingesetzt werden, detailliert eingegangen. Auch weitere wichtige Themen werden angesprochen:

1. Platin-Produkte (z. B. Cisplatin / Carboplatin) in Folge 1/2018
2. Taxane (z. B. Paclitaxel, Docetaxel) in Folge 1/2018
3. Angiogenesehemmer (z. B. Bevacizumab)
4. PARP-Inhibitoren (z. B. Olaparib, Niraparib)
5. Nahrungsmittel (z. B. Grapefruit)
6. Komplementäre Medizin
7. Unkonventionelle Krebstherapien

Anti-Angionese-Medikamente

- Standard-Vertreter dieser Klasse ist das Medikament Bevacizumab. Es verhindert die Neubildung von Gefäßen. Durch die Gefäßneubildung können sich Tumorzellen mit Blut und Nährstoffen versorgen.
- Häufige Neben- bzw. Wechselwirkungen können Herzprobleme und/oder Bluthochdruck sein. Patientinnen, die dazu neigen, müssen mit ihrer Ärztin oder ihrem Arzt über diese Möglichkeit sprechen und gegebenenfalls die Hochdruck-Medikation anpassen. Eine regelmäßige Blutdruckkontrolle (möglichst immer unter 140/90 mmHg) ist besonders in der ersten Behandlungszeit wichtig. Auch muss unbedingt auf Anzeichen von Herzproblemen geachtet werden. Der Arzt wird durch ein gezieltes kardiologisches Management die möglichen Risiken für Herzschwäche, Herzinfarkt oder Schlaganfall immer im Auge haben. So können rechtzeitig entsprechende Gegenmaßnahmen eingeleitet werden.
- In Verbindung mit bestimmten Chemotherapeutika wie Platin oder Taxanen kann es zu Blutbildveränderungen (z. B. Neutropenie) oder Infektionen kommen. Zu beachten ist auch, dass die Patientin nicht schwanger sein darf.

Wenn jemand bereits einen Bluthochdruck vor Behandlung mit einem Tumorgefässblocker hat, sollte dieser sehr gut behandelt und während der Krebsbehandlung engmaschig beobachtet werden. Grundsätzlich orientiert sich die Behandlung des Bluthochdrucks, welcher durch eine Krebstherapie verursacht ist, an den Leitlinien zur Behandlung des „gewöhnlichen" Bluthochdrucks außerhalb von Krebserkrankungen.

PARP-Inhibitoren

- Die Medikamente dieser Klasse sind relativ neu. Bisher liegen keine konkreten Daten zu bestimmten Wechselwirkungen vor.
- Die Kombination mit Impfstoffen, Immunsuppressiva und zytotoxischen Wirkstoffen wird verstärkt in den Fokus geraten.

Nahrungsmittel

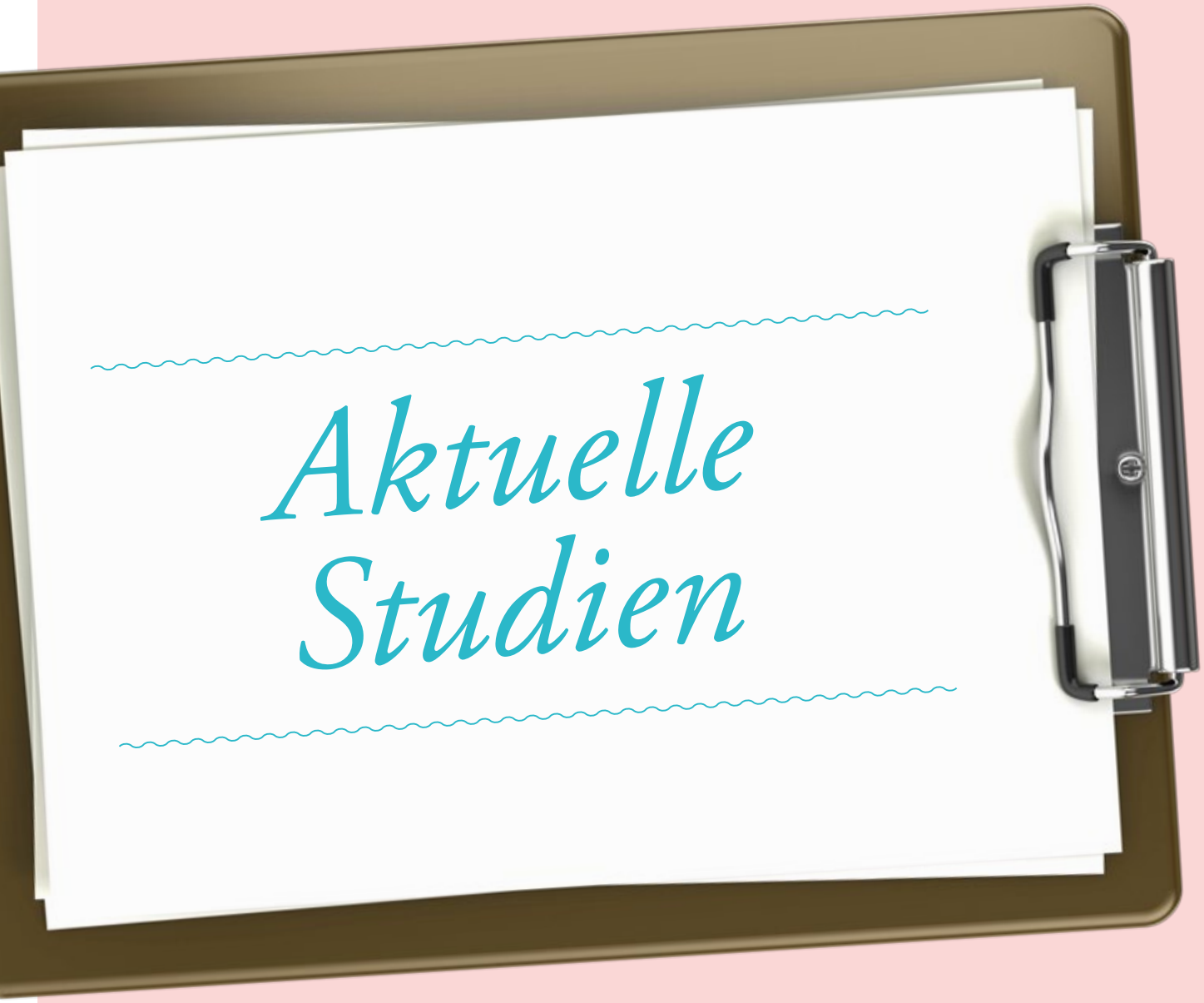
- Grundsätzlich gibt es während einer Therapie bei Eierstockkrebs keine Einschränkung für bestimmte Lebensmittel.
- Vorsicht sollten Patientinnen mit dem Verzehr von Grapefruit walten lassen. Diese Zitrusfrucht kann die Wirkung bestimmter Arzneimittel beeinträchtigen.

Komplementäre Medizin

- Die Wirkungen komplementärer Medikamente sind oft nicht ausreichend untersucht. Dies gilt besonders für Wechselwirkungen mit hochwirksamen Krebsmedikamenten.
- Patientinnen, die andere als von den Ärzten verordnete Medikamente einnehmen, sollten unbedingt mit Ihrem Arzt darüber sprechen.
- Nur wenn die behandelnden Krebsexperten über alles, was eingenommen wird, Bescheid wissen, können sie in Notfällen rasch reagieren.

Unkonventionelle Krebstherapien

- Auf diesem Feld tummeln sich leider viele Heilsversprecher. Grundsätzlich gilt, dass vieles angeboten wird und nichts vernünftig untersucht ist.
- Es muss immer befürchtet werden, dass die Angst der Patienten ausgenutzt wird, um damit Geschäfte zu machen.
- Sprechen Sie auch darüber vertrauensvoll mit Ihrem Arzt. Er muss wissen, was Sie als ergänzende Maßnahmen machen und wie Ihnen in einem plötzliche Notfall geholfen werden kann
- Aus medizinischer Sicht kann zu unkonventionellen Maßnahmen nicht geraten werden! JH



Aktuelle Studien

Warum sind klinische Studien so wichtig?

Alle Therapien und Medikamente, die es derzeit gibt, wurden im Rahmen klinischer Studien erprobt. Nur mit Hilfe freiwilliger Teilnehmerinnen und Teilnehmer können Studien erfolgreich abgeschlossen werden.

Und was ist der Nutzen für die Patientinnen und Patienten? Sie profitieren von dem Zugang zu neuen Behandlungsmethoden und von einer intensiven und individuellen medizinischen Betreuung und Überwachung. Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, ob die Teilnahme an einer Studie vielleicht auch für Sie infrage kommt. Hier haben wir eine Auswahl aktueller Studien für Sie zusammengestellt.

„EMRISK“ – Entwicklung eines Risikomodells für Übelkeit und Erbrechen unter Chemotherapie

EMRISK ist eine nicht-interventionelle Beobachtungsstudie. Ziel dieser Studie ist es, die patienteneigenen Risiken für Übelkeit und Erbrechen zu identifizieren und damit ein Modell für die Vorhersage dieser Nebenwirkungen zu etablieren. In einer ersten Phase wird mit Hilfe eines Patientinnen-Fragebogens ein persönlicher Risikoscore entwickelt. In der zweiten Phase wird dieser Risikoscore in der Praxis – also während der Chemotherapie – getestet.

Ziel ist, eine höhere Lebensqualität für die Patientinnen zu erreichen. Insgesamt sollen 504 Patientinnen in die Studie eingeschlossen werden. Dabei werden die Patientinnen zu Beginn der Chemotherapie gebeten, einen eigens für diese Studie entwickelten Fragebogen zu ihren Risikofaktoren auszufüllen. Mithilfe eines Patiententagebuchs werden dann das Auftreten und der Schweregrad von Übelkeit und Erbrechen in den ersten drei Chemotherapie-Zyklen dokumentiert. Weiterhin wird der allgemeine Gesundheitszustand (u.a. mit Alter, Körpergröße, Körpergewicht, Grunderkrankung, Angaben zu Operationen) erhoben sowie Begleiterkrankungen und -medikation dokumentiert. Die Studie ist offen und wird an mehreren Zentren durchgeführt.

Mehr Infos unter 030 450 564 235 oder info@noggo.de

KREBSIMMUNTHERAPIE BEI FORTGESCHRITTENEM EIERSTOCKKREBS

Krebsimmuntherapien nutzen eine besondere Eigenschaft des Immunsystems: Das körpereigene Netzwerk aus Organen, Zellen und Botenstoffen schützt nicht nur vor von außen kommenden Krankheitserregern, sondern kann sich auch gegen krankhaft veränderte Körperzellen im Innern richten. Im Idealfall ist es also in der Lage, Krebszellen anzugreifen und zu vernichten. Hier leistet die Immuntherapie Unterstützung, indem sie dem Immunsystem hilft, Krebszellen zu erkennen.

Derzeit werden im Bereich der Krebsimmuntherapien verschiedene Ansätze erforscht. Einen großen Stellenwert nehmen dabei die sogenannten Immun-Checkpoint-Hemmer ein. Checkpoints sind wie Kontrollpunkte, die für ein ausgewogenes Immunsystem sorgen. Sie senden Signale, die den Immunzellen dabei helfen, effektiv gegen kranke Zellen vorzugehen, ohne dabei gesundes Gewebe zu schädigen. Allerdings sind manche Krebszellen in der Lage, dieses Prinzip für sich zu nutzen. Sie senden auf der gleichen Frequenz und tarnen sich so quasi als gesunde Zellen. Das Immunsystem greift sie daher nicht an. Medikamente wie Immun-Checkpoint-Hemmer stören diese Kommunikation. Dadurch ist es den Krebszellen nicht mehr möglich, das Immunsystem auszutricksen. Sie werden wieder als krankhaft erkannt und können bekämpft werden.

STUDIE AGO-OVAR 22

Eine neue Studie untersucht nun die Wirksamkeit und Verträglichkeit eines Immun-Checkpoint-Hemmers in der Behandlung von Patientinnen mit Erstdiagnose fortgeschrittener Eierstockkrebs. Die Patientinnen erhalten nach der Operation zusätzlich zur Standardbehandlung, bestehend aus Chemotherapie und Angiogenese-Hemmer (wie z. B. Bevacizumab), entweder einen Immun-Checkpoint-Hemmer oder ein Plazebo (Scheinmedikament).

Ein Plazebo enthält keinen Wirkstoff, ist aber notwendig, um Wirksamkeit und Verträglichkeit des zu prüfenden Immun-Checkpoint-Hemmers gegen Zufalls- und Scheineffekte abzugrenzen. Patientinnen in der Gruppe, die den Wirkstoff erhält, haben möglicherweise den Nutzen, dass er ihre Gesundheit verbessert, dies kann aber nicht garantiert werden. Patientinnen in der Gruppe, die das Plazebo erhält, haben keinen gesundheitlichen Nutzen. In jedem Fall aber tragen Teilnehmerinnen an dieser klinischen Prüfung zur wissenschaftlichen Forschung bei, die späteren Patientinnen mit dieser Erkrankung nutzen kann.

Wenn Sie sich für die Teilnahme an dieser Studie interessieren, wenden Sie sich bitte an die AGO Studiengruppe, Tel.: 0611 880467-0.

„EUDARIO"-Studie: Untersuchung der Wirksamkeit einer breiten Hemmung von DNA-Reparaturmechanismen nach Induktion von DNA-Schäden durch eine platinbasierte Therapie

Anfang 2019 wird die neue Studie EUDARIO in Deutschland starten:

- für Patientinnen mit platinsensiblem Ovarial-, Eileiter- oder Bauchfellkarzinom
- für Patientinnen mit einem Karzinosarkom des Ovars

Mit dieser Phase II-Studie soll der therapeutische Nutzen der Hemmung von DNA-Reparaturmechanismen untersucht werden. Schäden an der Tumor-DNA werden durch eine platinbasierte Chemotherapie erreicht. Die Tumorzellen versuchen, die DNA anschließend wieder zu reparieren.

Die Hemmung der DNA-Reparatur erfolgt mit einer neuen Substanz namens Ganetespib, dem klinisch am weitesten entwickelten HSP90-Inhibitor. Diese Substanz wirkt in Tumoren mit einem bestimmten histologischen Subtyp (mutiertem p53-Hintergrund). Ganetespib destabilisiert Proteine, die für die vernetzte DNA-Reparatur wichtig sind. So kommt es zum massiven Absterben der Tumor-Zellen.

Der Effekt der DNA-Reparaturhemmung soll durch den Einsatz des PARP-Inhibitors Niraparib verstärkt werden. PARP-Inhibitoren hemmen die Reparatur von DNA-Einzelstrangbrüchen.

Häufig ist in Ovarial-, Eileiter und Bauchfellkarzinomen zusätzlich die DNA-Reparatur von DNA-Doppelstrangbrüchen defekt. Ganetespib reduziert BRCA1 und macht Tumorzellen möglicherweise noch zusätzlich empfindlich gegenüber einer PARP-Inhibition mit Niraparib, auch unabhängig vom BRCA-Status des Tumors.

Die Patientinnen werden in drei Therapiearme randomisiert:

- Im Standard-Arm (Arm 1) erhalten die Patienten Carboplatin in Kombination mit Paclitaxel beziehungsweise Gemcitabin gefolgt von einer Erhaltungstherapie mit Niraparib.
- Im ersten experimentellen Arm (Arm 2) erhalten die Patientinnen Carboplatin in Kombination mit Ganetespib, gefolgt von einer Erhaltungstherapie mit Niraparib allein.
- Im zweiten experimentellen Arm (Arm 3) besteht die Erhaltungstherapie aus Niraparib plus Ganetespib.

Die durch EU-Drittmittel finanzierte Studie wird in 5 europäischen Ländern (Österreich, Belgien, Frankreich, Italien und Deutschland) laufen. Es sollen insgesamt 120 Patientinnen rekrutiert werden. Deutschland beteiligt sich über die Studiengruppen NOGGO und AGO mit 5 Studienzentren (Charité Universitätsmedizin Berlin, Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Universitätsklinik Carl Gustav Carus Dresden, Universitätsmedizin Greifswald und Kliniken Essen Mitte) an der Studie.

Mehr Infos unter 030 450 564 235 oder info@noggo.de

Besuchen Sie das neue Studienportal www.studienportal-eierstockkrebs.de. Hier können Sie sich über diese und andere Studien sowie über Teilnahmemöglichkeiten informieren.

Spende Dein Dinner!

einladen · kochen · genießen · spenden

Lade deine Freunde zu einem schönen Abendessen zu dir nach Hause ein. Bereite das leckere Rezept von Sternekoch Michael Kempf zu – am besten gleich zusammen mit den Freunden, denn gemeinsames Kochen macht Spaß.

Im Anschluss das Dinner mit einem guten Wein und frischem Wasser genießen, den Freunden von der „Spende Dein Dinner“ Idee, dem guten Zweck und der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs erzählen und spenden. Dazu brauchen alle nur ihr Handy nehmen, unter SMS die Zahlen 81190 und im Textfeld die Buchstaben ESK eintippen, abschicken, fertig!

Die Deutsche Stiftung Eierstockkrebs sagt Dankeschön!

deutsche stiftung eierstockkrebs
german ovarian cancer foundation

Deutsche Stiftung Eierstockkrebs
c/o Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
Charité, Campus Virchow Klinikum
Augustenburger Platz 1
13353 Berlin
www.stiftungeierstockkrebs.de

Restaurant FACIL
Potsdamer Straße 3
10785 Berlin
www.facil.de

Spende Dein Dinner!

Charity SMS

Unterstütze die Arbeit der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs mit einer Charity SMS (€ 5,00 zzgl. SMS-Kosten), Stichwort „ESK“, an die Nummer

81190

Zu Gunsten der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs

Eine Idee & Initiative von aviso med medizin & media

AVISOmed GmbH | medizin+media, Solmsstraße 24, 10961 Berlin

„Zwiebeltarte – Roquefort und Portweinfeige“

Rezept für 4 Personen von Sternekoch Michael Kempf

Michael Kempf,
Chefkoch des 2-Sterne Restaurants FACIL im The Mandala Hotel Berlin

Portweinfeigen:

400ml roter Portwein
200ml Rotwein
3 reife Feigen
6 Beeren vom tasmanischem Pfeffer

Den Portwein und den Rotwein sirupartig einkochen. Den Pfeffer sehr fein mörsern und zugeben.

Wenn die Schale der Feigen sehr hart ist, diese schälen. Die Feigen in schöne Spalten schneiden und diese flach eine Plastikbox legen. Die Reduktion gleichmäßig darauf verteilen. Mit einem Deckel verschließen und die Feigen über Nacht durchziehen lassen.

Tarte-Teig:

500g Mehl
250g Butter
10g Salz
2 Eier
Backpapier
Hülsenfrüchte (zum Blindbacken)

Die Butter in kleine Stücke würfeln, in die Schüssel mit Salz und Mehl gegeben. Die Butterstücke zwischen den Händen mit dem Mehl verreiben. Wenn keine Butterklümpchen mehr vorhanden sind, Eier dazugeben und unterkneten. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche verkneten. Ist der Teig noch krümelig, etwas kaltes Wasser esslöffelweise unter den Teig kneten. Den fertigen Teig zu einem flachen Ziegel formen und in Klarsichtfolie gewickelt ca. 30 Minuten kaltstellen. Eine Schicht Folie entfernen und die Teigplatte mit Hilfe der übrigen Folie in die gefettete und mit Mehl ausgestreute Tarte- oder Quiche-Form legen und gut in die Form drücken. Den Teig am Rand abschneiden. Das Backpapier rund ausschneiden, auf den Teig legen und die Hülsenfrüchte einfüllen. Die Tarte bei 160°C Umluft ca. 8 Minuten vorbacken (blind backen!). Anschließend das Backpapier mit den Hülsenfrüchten entfernen.

Tarte-Füllung:

1kg weiße Zwiebeln (z.B.: Zwiebel aus Roscoff, Borretane Zwiebeln)
2 EL Rapsöl
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
4 Eigelbe
200g Schmand
4 Zweige Majoran
100g Roquefort

Die Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden. Diese ohne Farbe mit dem Rapsöl anbraten, solange bis keine Feuchtigkeit mehr vorhanden ist. Die Eigelbe mit dem Schmand verrühren und unter die nicht mehr heißen Zwiebeln rühren. Den Majoran zupfen, fein hacken und unterrühren. Die Masse anschließend mit den Gewürzen abschmecken. Die Hälfte des Käses zerbröseln und unterheben. Die Masse anschließend auf dem vorgebackenen Teig flach verteilen. Den restlichen Käse obenauf verteilen und die Tarte bei 160°C Umluft ca. 18–20 Minuten fertig backen. Auf einem Gitter kurz abkühlen lassen, dann kann man die Zwiebeltarte besser schneiden.

Anrichten:

50g Roquefort
2 EL Walnüsse
2 EL Zucker
Grobes Meersalz

Die Walnüsse grob hacken. Den Zucker mit 2 EL Wasser bräunen, die Nüsse und etwas Meersalz zugeben und darin karamellisieren lassen. Direkt auf einem Backpapier erkalten lassen.

Die Tarte in schöne Stücke schneiden und diese auf den Tellern anrichten. Die Feigen abtropfen lassen und auf und neben der Tarte anrichten. Den Roquefort grob bröseln und zwischen die Feigen verteilen. Die karamellisierten Walnüsse darauf anrichten. Zum Schluss etwas Portweinreduktion neben die Tarte tröpfeln.

Dr. med. Hannah Woopen, MSc,
ist Ärztin im Europäischen Kompetenzzentrum der Berliner Charité
(Leiter: Prof. Dr. J. Sehouli)
Ihr Schwerpunkt ist das Langzeitüberleben bei Patientinnen mit Ovarialkarzinom. Sie leitet die Studie „Carolin meets HANNA“.

Interview mit Dr. med. Hannah Woopen, MSc

Langzeitüberleben mit Eierstockkrebs

Obwohl Eierstockkrebs eine komplizierte Erkrankung mit einer oft ungünstigen Prognose ist, gibt es erfreulicherweise immer mehr Langzeitüberlebende – also Frauen, die mindestens acht Jahre mit der Krankheit leben. Was können wir von den Langzeitüberlebenden lernen? Von Frau Dr. med. Hannah Woopen, MSc, konnten wir mehr über aktuelle Aspekte der klinischen Forschung und Versorgung erfahren.

Frau Doktor Woopen, was genau bedeutet Langzeitüberleben?

In der Literatur gibt es verschiedene Definitionen für Langzeitüberleben. Im Englischen spricht man von „cancer survivorship". Einige Autoren sprechen bereits nach erfolgter Erstlinientherapie ohne Tumornachweis von „Cancer survivorship". Wir definieren Langzeitüberleben als Überleben länger als acht Jahre nach Erstdiagnose.

Warum ist das bei Eierstockkrebs so besonders?

Eierstockkrebs ist eine sehr aggressive Erkrankung, die meistens erst in fortgeschrittenen Stadien erkannt wird. Bis vor einigen Jahren sprach man kaum über Langzeitüberleben und es ist nach wie vor sehr wenig dazu bekannt. Jedoch sehen wir in unseren Sprechstunden regelmäßig Langzeitüberlebende.

Wie viele Langzeitüberlebende gibt es in Deutschland? Und haben sich die Zahlen in den letzten Jahren verändert?

Es gibt leider keine genauen Zahlen. Man geht von circa 3.000 Langzeitüberlebenden mit Eierstockkrebs in Deutschland aus, wenn man sich die Daten des Robert Koch-Instituts anschaut. Mit der Einführung des Krebsregisters in Deutschland wird man in einigen Jahren genauere Daten gewinnen können. Auf jeden Fall sind die Überlebensraten bei Eierstockkrebs in den letzten Jahren gestiegen. Inzwischen werden in Deutschland circa 30% der Patientinnen zu Langzeitüberlebenden.

Was weiß man über Langzeitüberlebende. Gibt es etwas, das alle Frauen gemeinsam haben?

Es ist bekannt, dass Frauen, die in jüngeren Jahren die Diagnose Eierstockkrebs erhalten, und diejenigen, die in früheren Stadien diagnostiziert werden, bessere Überlebenschancen haben. In unserer Studie ist das mediane Erkrankungsalter mit 53 Jahren auch jünger als der Durchschnitt. Jedoch ist die älteste Langzeitüberlebende in unserer Studie erst mit 79 Jahren erkrankt. Auch das Stadium ist nicht immer entscheidend – fast 50% der Langzeitüberlebenden sind erst in fortgeschrittenen Stadien diagnostiziert worden. Die meisten Langzeitüberlebenden konnten tumorfrei operiert werden und haben auf die Chemotherapie angesprochen. Die Frauen sind meist sehr

gesundheitsbewusst, sie achten auf eine gesunde Ernährung und sind regelmäßig körperlich aktiv. Allerdings erklären die typischen Prognosefaktoren wie Alter, Stadium und Aggressivität des Tumors allein den außergewöhnlichen Verlauf nicht. Es muss noch andere, uns bisher unbekannte Faktoren geben, die das Langzeitüberleben beeinflussen.

Was erhofft sich die Forschung von Studien mit Langzeitüberlebenden?
Das Hauptaugenmerk liegt darauf, Faktoren zu identifizieren, die das Langzeitüberleben ausmachen – also den Schlüssel zum Langzeitüberleben zu finden. Davon sollen dann so viele Patientinnen wie möglich profitieren und selbst zu Langzeitüberlebenden werden.

Genau darauf liegt ja der Fokus der Studie „Carolin meets Hanna". Was passiert bei dieser Studie? Wie ist der Stand der Dinge?
Im Rahmen der Studie „Carolin meets HANNA – **H**olistic **A**nalysis of Lo**N**gterm-Survival with Ovaria**N** C**A**ncer" wollen Forscher von Langzeitüberlebenden lernen, um Frauen mit Eierstockkrebs neue Behandlungsstrategien anbieten zu können. Untersucht werden neben biologischen und immunologischen Faktoren auch die Lebensqualität und psychische Widerstandsfähigkeit der Langzeitüberlebenden, ebenso ihr Lebensstil hinsichtlich Ernährung, körperlicher Aktivität und Schlaf. Die Studie wurde benannt nach der Schirmherrin des Projektes Carolin Masur, die seit mehr als zehn Jahren nach der Diagnose Eierstockkrebs rezidivfrei lebt und sich in vielen Projekten, wie z. B. der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs, engagiert sowie nach Schwester Hanna, einer franziskanischen Ordensschwester, die länger als acht Jahre mit Eierstockkrebs gelebt und insgesamt 118 Chemotherapien erhalten hat.

Bisher konnten über 300 Patientinnen für die Studie akquiriert werden. Und wir freuen uns, dass unser Fragebogen „Expression VI – Langzeitüberleben mit Eierstockkrebs" auch international erfolgreich und in immer mehr Ländern verfügbar ist. Belgien, Schweiz, Österreich, Spanien, Tschechien und die Türkei sind bereits dabei, und in Kürze startet die Studie in Ägypten, Libanon und im Sudan.

Wie sieht denn die klinische Versorgung von Langzeitüberlebenden aus? Gibt es hier besondere Anforderungen?
Normalerweise fallen Langzeitüberlebende nach zehn Jahren aus der Nachsorge heraus. Ebenso verliert man den Grad der Behinderung. Dabei haben mehr als 50 Prozent der Frauen zu diesem Zeitpunkt immer noch Beschwerden, zum Beispiel Fatigue, gastrointestinale Probleme, Knochenschmerzen oder Polyneuropathie - jedoch haben Sie dann oft keinen Ansprechpartner mehr. Außerdem kann sich auch nach mehr als zehn Jahren noch ein Rezidiv entwickeln. Wir haben eine Patientin, bei der vor 39 Jahren das erste Mal Eierstockkrebs diagnostiziert wurde. Erst jetzt, nach so langer Zeit, besteht ein Rezidiv-Verdacht. Zudem fühlen sich unter den Langzeitüberlebenden, die nicht mehr unter Therapie sind, noch 28 Prozent als Krebspatientinnen.

Darum bauen wir an der Charité eine Sprechstunde für Langzeitüberlebende auf. Erst einmal nur für Eierstockkrebs, später für alle gynäkologischen Krebserkrankungen. Wir hoffen, betroffenen Frauen damit neue Perspektiven für eine langfristige medizinische Betreuung zu bieten.

Liebe Frau Doktor Woopen, wir danken Ihnen für das Interview.

Das Interview führte Bettina Neugebauer.

Auf www.carolinmeetshanna.com erfahren Sie mehr über die Studie „Carolin meets HANNA" und wie Sie daran teilnehmen können.

Das BRCA-Netzwerk

Hilfe bei familiärem Brust- und Eierstockkrebs

Krebs entsteht durch Veränderungen (Mutationen) in den Genen einer Körperzelle. Warum es dazu kommt, bleibt bisher weitgehend unbekannt. Bei einigen Krebserkrankungen entstehen die Mutationen nicht zufällig im Laufe des Lebens, sondern wurden bereits von den Eltern als Anlage vererbt.

Bei über 30 Prozent der Eierstockkrebspatientinnen kann eine solche Veranlagung aktuell über einen Gentest nachgewiesen werden. Die bekanntesten Mutationen befinden sich auf den BRCA-Genen (BRCA: engl. BReast CAncer). Mit dem Nachweis einer Mutation sind allerdings nicht nur neue medikamentöse Therapieansätze besonders gut wirksam, sondern die mögliche Bedeutung für weitere Familienangehörige muss mit bedacht werden. Ebenso könnte das Risiko für weitere Krebserkrankungen erhöht sein, besonders für Brustkrebs. Somit entsteht zusätzlich zur eigentlichen Eierstockkrebserkrankung eine Vielzahl von Fragen, die nicht ausschließlich durch ärztliche Gespräche beantwortet werden können. Es sind besondere Fragen, die sich stellen: Soll ich einen Gentest machen? Was bedeutet das Ergebnis? Haben meine Kinder auch ein Krebsrisiko oder nicht? Kann ich möglicherweise etwas tun, um die Erkrankung zu verhindern? Aus diesem Grund wurde das BRCA-Netzwerk durch engagierte Frauen und Männer gegründet, die selbst aus einer Risikofamilie stammen. Ziel des gemeinnützigen Vereins ist es, Austausch und Informationen bundesweit anzubieten sowie für die Besonderheiten zu sensibilisieren. Auch setzt sich der Verein dafür ein, dass Betroffene eine umfassende Aufklärung und eine spezialisierte Behandlung erhalten. Für die Netzwerkerinnen steht BRCA daher auch für: Betroffene Reden – Chancen Aktiv nutzen, um durch Wissen etwas ändern zu können, besonders aber um Hoffnung und Perspektiven zu schaffen. Informationen zu Ansprechpartnern, Veranstaltungen, Informationsmöglichkeiten und kostenfreien Beratungsangeboten erhalten Sie über:

BRCA-Netzwerk – Hilfe bei familiärem Brust- und Eierstockkrebs
Thomas-Mann-Str. 40, 53111 Bonn
Tel.: 0228 / 33889100, info@brca-netzwerk.de,
www.brca-netzwerk.de

»Wir sollten mit dieser Krankheit ganz normal umgehen«

Interview mit Patricia Riekel

Es ist die „Leidenschaft für Menschen“, die Patricia Riekel Journalistin werden ließ. Patricia Riekel war von 1996 bis 2016 BUNTE-Chefredakteurin und trug erheblich dazu bei, dass BUNTE heute Europas größtes People-Magazin ist. Sie war lange Jahre Herausgeberin der BurdaStyle-Magazine und engagiert sich im Vorstand der TRIBUTE TO BAMBI Stiftung für Kinder in Not. Sie ist nach wie vor beratend für BURDA aktiv und mitverantwortlich für die BAMBI-Gala. Und sie engagiert sich für die Deutsche Stiftung Eierstockkrebs.

Frau Riekel, seit wann unterstützen Sie die Arbeit der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs? Und wie kam es dazu? Wie haben Sie Ihren Weg von den Medien zu der Stiftung gefunden?

Ich lernte Prof. Sehouli als leidenschaftlichen Arzt kennen. Als er mich 2016 bat, ihn dabei zu unterstützen, das Thema Eierstockkrebs verstärkt in die Öffentlichkeit zu bringen, sagte ich sofort zu.

Was ist Ihre Motivation, die Stiftung zu unterstützen? Gibt es auch persönliche Gründe?

Patricia Riekel, Journalistin, Langjährige Chefredakteurin BUNTE, Vorstandsvorsitzende TRIBUTE TO BAMBI Stiftung

Eine meiner besten Freundinnen ist vor zwei Jahren an Eierstockkrebs erkrankt. Ich habe sie sehr bewundert, wie sie mit der Krankheit umgegangen ist. Viele Krebspatientinnen ziehen sich ja zurück. Aber meine Freundin hat ihren Freundeskreis mobilisiert, sie im Kampf gegen den Krebs zu unterstützen. Über eine App hat sie uns über alle Schritte der Behandlung informiert, und wie es ihr physisch und psychisch geht. Auf diese Weise hat sie sehr viel Zuspruch und Hilfe von allen Seiten bekommen. Heute geht es ihr Gott sei Dank wieder besser. Ich glaube, dass es sehr wichtig ist, dass wir gerade mit Krebserkrankungen offen umgehen.

Wie sieht Ihre Zusammenarbeit mit der Stiftung konkret aus?
Als Journalistin habe ich viele Möglichkeiten auf die Stiftung und auf das Thema Eierstockkrebs aufmerksam zu machen.

Welches Projekt der Stiftung haben Sie mit besonders großem Interesse verfolgt, und warum?
Mir gefällt, wie unkonventionell die Stiftung an die Öffentlichkeit geht. Es war überwältigend zu sehen, wie viele Frauen beim Literaturwettbewerb in diesem Jahr mitgemacht haben.

Wie lautet Ihre Botschaft an die Öffentlichkeit?
Eierstockkrebs gehörte bisher zu den Krankheiten, über die man nicht offen gesprochen hat. Das ist besonders für die betroffenen Patientinnen schwierig. Wir sollten mit dieser Krankheit ganz normal umgehen. Und jede betroffene Patientin sollte wissen, dass sie viele Mitstreiterinnen hat.

„Lebens du Spiel

Mirjam Hegeman ist seit 11 Jahren Eierstockkrebspatientin. Wir sprachen mit ihr über die Höhen und Tiefen, die sie in dieser Zeit erlebt hat, und darüber, wie die Theatergruppe „Tumoristen“ ihr dabei hilft, mit Ihrer Erkrankung zu leben.

Frau Hegeman, sie sind im Alter von 50 Jahren an Eierstockkrebst erkrankt. Wie haben Sie denn diese Erkrankung bemerkt?

Ja, während einer Vorsorgeuntersuchung wurde etwas Auffälliges entdeckt. Erst sah es aus wie eine Verstopfung im Darm. Nach einem Ultraschall wurde eine Zyste vermutet. Es folgte eine Endoskopie. Die Diagnose: Krebs an beiden Eierstöcken, noch lokal begrenzt. Leider wurde mit jeder Untersuchung die Diagnose schlimmer und nach der großen Operation hieß es “leider ist das Bauchfell auch befallen, Frau Hegeman, es ist fünf nach zwölf.“

Nun haben Sie den Krebs schon 11 Jahre überlebt. Wie waren diese Jahre für Sie?

Es ging immer auf und ab. Nach der ersten Diagnose brach die Welt für mich zusammen. Ich war erschüttert, hatte Todesängste und Angst um meine Kinder, die brauchten mich doch noch. Aber nach der Chemotherapie habe ich, mit der Hilfe von meinen Liebsten und meinem Umfeld, schnell angefangen, meine Kondition wieder aufzubauen. Und ich habe versucht, wieder nach vorne zu schauen. Ich habe gelernt, das Leben neu zu genießen: regelmäßige Treffen mit Familie und Freunden, neue Pläne schmieden. Zum Beispiel planen wir immer eine Reise, auf die ich mich freuen kann. Ob wir sie auch antreten können, wenn es soweit ist, sehen wir dann.

Ich spiele auch leidenschaftlich gerne Theater, was mir sehr gut tut. Eine Frage stelle ich mir immer, wenn es mal nicht gut läuft: „Kann ich etwas ändern? Wenn nein, dann weg damit, dann muss ich mich neu arrangieren!“ Das geht natürlich nicht immer. Und nach jedem Rezidiv (ich hatte drei) musste ich mich wieder neu aufbauen. Wenn dann die belastenden Behandlungen wieder vorbei sind, finde ich, dass ich wieder eine gute Lebensqualität habe.

freude rch freude"

Interview mit Mirjam Hegeman

Gibt es etwas, was Sie mit Ihren Erfahrungen anderen Patientinnen mit auf den Weg geben wollen?

Auch wenn es nicht immer möglich ist, probiere ich, den Mut zu behalten und die Hoffnung. Mein Rat: Genieße den Moment, denn man kann es doch nicht ändern. Mach Pläne, suche etwas das dir gut tut. Das kann für jeden etwas anderes sein. Für mich ist es das Theater spielen. Es gibt viele kreative Möglichkeiten wie z. B. Maltherapie, Tanzen, Schreiben Auch Sport und Yoga tun gut. Wenn Betroffene reden möchten, um Erfahrungen und auch Ängste zu teilen, können sie sich an eine Selbsthilfegruppe wenden.

Nun zu Ihrem „neuen" Leben, also nach überstandener Erkrankung aber auch nach einer erneuten Operation in der Charité.. Sie haben eine besondere Gruppe von Menschen getroffen – die „Tumoristen".

Wie kam es dazu?
Haha, mein „neues“ Leben: mehrere „neue Leben“! Und überwunden ist es leider nicht. Ich habe gelernt, mit der Krankheit zu leben, ja das habe ich. Die „Tumoristen“ - meine Theatergruppe - hat mir dabei sehr geholfen. Durch eine Broschüre, die ich gesehen habe, während ich auf eine Nachsorge-Untersuchung wartete, bin ich auf die Gruppe aufmerksam geworden. Ich habe begeistert gelesen, dass eine Gruppe Krebsbetroffener Theater spielt und abends Auftritte hat. Nach meiner Untersuchung bin ich gleich losgefahren, um es mir anzuschauen. Ich war so begeistert, dass ich mich noch am gleichen Abend per E-Mail bei Prof. Dr. Wendlandt, dem Gründer und damaligen Leiter der Tumoristen, beworben habe. Seither bin ich mit Stolz eine Tumoristin.

Und was machen diese „Tumoristen“?
Wir spielen Playback Theater, eine Form von Improvisations-Theater. Wir proben regelmäßig im Bühnenrausch, einem kleinen Theater in Prenzlauer Berg, wo wir auch ein paarmal im Jahr öffentliche Auftritte haben. Auch organisieren wir dort Workshops für andere interessierte Krebsbetroffene. Die Diagnose Krebs löst existentielle Ängste aus. Viele Betroffene ziehen sich zurück.

Das Improvisieren fördert die Lebensgeister, man bekommt wieder Mut, Kraft und Vertrauen in den eigenen Körper und Geist. „Lebensfreude durch Spielfreude“. Über Krebs und Sterben zu sprechen ist oftmals noch ein Tabu, das wir durchbrechen wollen. Schön ist auch, etwas für andere bedeuten zu können, Erfahrungen zu teilen, Mut zu machen und Verständnis zu zeigen.

Wen sprechen Sie alle denn mit Ihrem Engagement an? Nur Krebspatienten oder auch Gesunde?
Ja, wir spielen für Krebsbetroffene, aber auch für die Angehörigen, für Interessierte und auch für Menschen, die sich beruflich mit dem Thema Krebs befassen. Wir spielen auf Kongressen, Tagungen, in Onkologischen Kliniken, für Selbsthilfegruppen, auf Patiententagen und für Studenten und Studentinnen der Gesundheits- und Sozialberufe, sodass sie mit dem Thema Krebs vertraut werden.

Die Theatergruppe „Tumoristen“

Sie machen ja „Playback-Theater“. Was ist darunter zu verstehen und wie läuft so ein Abend?
Bei unsere Aufführungen spielt das Publikum eine sehr wichtige Rolle. Ein Moderator fragt das Publikum nach einer Geschichte, etwas Erlebtem, oder nach einer Erfahrung. Auf der Bühne befinden sich 4 Darsteller, die die Essenz der Geschichte dann spontan und ungeprobt, aus dem Moment heraus, in der Form eines Bühnenstücks in kurzen Szenen darstellen, also zurückspielen (Playback). Das Ganze wird begleitet von Musik. Es können ernste Geschichten sein,

Ich bin abends ein anderer Mensch, wenn ich nach einer Probe nach Hause komme.

es kann die Angst und die Wut sein, aber ebenso können es der Alltag, die Lebensfreude und der Witz sein. Jede erzählte Geschichte ist wertvoll. Da wir bei den Tumoristen alle selbst betroffen sind, können wir besonders einfühlsam mit allen Themen umgehen. Wir schaffen es aber auch oft, mit unserer Spielfreude und Ausgelassenheit das Publikum anzustecken und zum Lachen zu bringen.

Was hat sich durch die Arbeit mit den „Tumoristen" in Ihrem Leben verändert?

Wie ich schon sagte, spiele ich leidenschaftlich gerne Theater und sehe es als eine Chance, die ich bekommen habe. Denn wenn ich keinen Krebs gehabt hätte, stünde ich jetzt nicht regelmäßig auf der Bühne. Die Theaterarbeit hat mein Selbstbewusstsein gestärkt. Wenn ich mal wieder den halben Tag im Krankenhaus verbracht habe und danach zur Probe gehe, kann ich all meine Frustrationen und Emotionen weg spielen oder meine Geschichte erzählen und spielen lassen. Ich bin abends ein anderer Mensch, wenn ich nach einer Probe nach Hause komme. Es gibt mir Lebensfreude. Vieles, was für das Improvisieren benötigt wird, kann auch im täglichen Leben hilfreich sein: zum Beispiel Mut, Vertrauen, Offenheit, Zusammenhalt, spontan auf

ANZEIGE

What science can do

AstraZeneca

Die AstraZeneca GmbH in Wedel/Schleswig-Holstein ist die deutsche Tochtergesellschaft des britisch-schwedischen Pharmaunternehmens AstraZeneca PLC, London. AstraZeneca gehört mit einem Konzernumsatz von rund 25 Milliarden USD (2015) weltweit zu den führenden Unternehmen der forschenden Arzneimittelindustrie.

Onkologische Kombinationstherapien
AstraZeneca untersucht mögliche Kombinationen aus biologischen und Small Molecule Therapien für die Behandlung von Krebs. Diese Kombinationen zielen direkt auf den Tumor ab und können dabei helfen, das körpereigene Immunsystem so zu stärken, dass es fähig ist, den Tumorzelltod selbst auszulösen.

963.232,011/16

AstraZeneca GmbH • Tinsdaler Weg 183 • 22880 Wedel • www.astrazeneca.de

Unerwartetes reagieren zu können.

Und was haben die Zuschauer, die ja auch Mitwirkende sind, von diesen Aufführungen?

Das Publikum hat die Chance, eigene Geschichten zu erzählen. Es wird zugehört, das Erzählte bekommt Raum und Aufmerksamkeit und das ist manchmal schon genug. Der Erzähler wird verstanden, kann Ängste, Visionen, Gedanken und Emotionen äußern und loswerden. Wenn die Geschichte zurückgespielt wird, kann sie eine neue Perspektive bieten, ein neues Licht auf die Situation werfen. Erzählungen von Anderen können inspirieren und relativieren. Man ist nicht allein mit dem Krebs und hört, wie Andere damit umgehen. Man kann Erfahrungen austauschen, denn nach jeder Aufführung gibt es reichlich Gelegenheit, miteinander zu sprechen. Das hört sich alles so einfach an, aber Krebs ist für viele Menschen noch ein schwieriges Thema und es ist oft schwierig, darüber zu reden.

Liebe Frau Hegeman, Sie wurden erst vor kurzen in der Berliner Charité erfolgreich operiert, hat der Humor auch Ihnen auch bei der Erholung geholfen?

Humor hat mir sicher geholfen, das ist zum Beispiel auch eine Stärke der Tumoristen. Wir können weinen und lachen, beides tut gut in einer Umgebung in der man sich wohl fühlt und verstanden wird. Wir haben auch das Gefühl, dass es erlaubt ist als Betroffene, einen Witz über Krebst machen zu können, ein bisschen schwarzen Humor zu zeigen. Lachen erleichtert und macht den Kopf frei und die Seele leicht. Aber das gilt natürlich auch für zu Hause mit meinen Liebsten.

Welche Botschaften möchten Sie denn – nach Ihren Erfahrungen und Erlebnissen – unseren Leserinnen und Lesern mitgeben?

Meine Botschaft an andere Krebsbetroffene habe ich schon gegeben, aber für all die anderen Leser: ich habe die Erfahrung gemacht, dass Menschen sich nicht getraut haben, mich anzusprechen. Ich habe z. B. Bekannte hinter Ladenregalen wegtauchen sehen, als sie mich sahen, weil sie Angst hatten, mich anzusprechen. Als ich sie dann ansprach, war die Erleichterung groß und die nächste Begegnung war kein Problem mehr. Trauen Sie sich, seien Sie offen. Wenn ein Gespräch nicht erwünscht ist, merkt man das schnell genug. Ansonsten ist die Chance, dass es geschätzt wird, viel größer.

Man kann Krebsbetroffene ermutigen, zu erzählen und sie so darin unterstützen, wieder am öffentlichen Leben teilzunehmen. Man kann Ihre Sorgen und Ängste mit ihnen teilen und vielleicht einfach nur schöne Momente mit ihnen verbringen. Und letztlich kann man Ihnen helfen, ein positives unterstützendes Umfeld zu finden und Mut für neue Pläne zu entwickeln.

Frau Hegeman, wir danken Ihnen herzlich für Ihre offenen und ermutigenden Worte. Sie sind sicher wichtig für viele andere Menschen. Danke!

Das Interview führte
Joachim Herchenhan

Danke für die Unterstützung

Wir danken folgenden Unternehmen und Institutionen, die das Magazin »Die zweite Stimme« mit ihren Beiträgen unterstützen.

Die Unternehmen und Institutionen nehmen keinen Einfluss auf die Inhalte der Zeitschrift oder die Arbeit der Redaktion.

AstraZeneca GmbH
www.astrazeneca.de

Riemser Pharma GmbH
www.riemser.com

Clovis
www.clovisoncology.com

Roche Pharma AG
www.roche.de

Molecular Health GmbH
www.molecularhealth.com

TESARO Bio GERMANY GmbH
www.tesarobio.de

DIWA

WAS GIBT ES NEUES?

Die Facebook-Community „DIWA – Du, Ich, Wir, Alle“ der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs blickt auf ein ereignisreiches Jahr 2018 zurück und freut sich über 250 neue Follower. Auch im kommenden Jahr können sich Patientinnen, Angehörige und Interessierte auf viele neue Aktionen und Angebote freuen.

Seit dem Erscheinen der letzten Ausgabe der zweiten Stimme gab es bei DIWA gleich mehrere Highlights: zum Beispiel die Live-Übertragung vom Welteierstockkrebstag in Berlin inklusive eines Berichtes vom Literaturwettbewerb (lesen Sie mehr dazu ab Seite 45). Gleich mehrere Interviews mit Prof. Dr. med. Jalid Sehouli, unter anderem vom ASCO-Kongress in Chicago und vom Deutschen Krebskongress in Berlin, sowie mit anderen namhaften Experten informierten über Aktuelles aus der Welt der Wissenschaft. Es ging dabei z. B. um: Einfluss der Lebensqualität den Therapieerfolg bei Eierstockkrebs, neue Daten zur Primärtherapie mit Olaparib und viele andere Themen. DIWA war beim Berliner Tag für Eierstockkrebs sowie beim Bundestreffen der Selbsthilfevereinigung Eierstockkrebs Deutschland e.V. dabei und berichtete ausführlich.

Und wie geht es weiter?
Seien Sie gespannt! Im Jahr 2019 wird DIWA neu konzipiert. Bald gibt es Neuigkeiten und weitere Informationen dazu. Ein kleiner Vorgeschmack: Es wird wieder von allen wichtigen nationalen und internationalen Kongressen berichtet. Auch die Experten-Interviews mit Live-Fragerunde werden fortgesetzt. Dabei geht es dann unter anderem um folgende Themen:

- PARP-Inhibitoren in der Primärtherapie
- Was bedeutet „Immuntherapie“?
- Was bedeutet „genetische Testung“?
- Kontroverse um die „Hypertherme intraperitoneale Chemotherapie“ (HIPEC)
- Wann ist eine erneute Operation im Rezidiv sinnvoll?

Neugierig? Schauen Sie doch gleich mal rein und lassen Sie sich von den vielen Beiträgen überraschen! Werden auch Sie Teil der DIWA-Community und helfen Sie dabei, das Netzwerk weiter auszubauen und mit Leben zu füllen: **facebook.com/DIWA.community/**

Weitere DIWA-Highlights im kommenden Jahr sind die neue Aktion und der Wettbewerb „Malen gegen Eierstockkrebs“ (weitere Infos dazu auf Seite 42) sowie die Wissens- und Schreibtour „Informiert und Kreativ.

BÜCHER UND WEBSITES

für Patientinnen und Interessierte

ISBN 978-3-86748-008-6,
akademos Wissenschaftsverlag

Neuerscheinung:

»KREBS UND KINDERWUNSCH: 100 FRAGEN – 100 ANTWORTEN«

Krebs und Kinderwunsch – ein Thema, das allzu oft noch tabubesetzt ist. Dabei sind acht Prozent der Frauen mit einer Krebserkrankung unter 40 Jahre alt, also im gebärfähigen Alter. Doch zum Zeitpunkt der Diagnose steht der Kinderwunsch nicht im Vordergrund. Viele »

Eierstockkrebs. Ratgeber für Patientinnen und Angehörige
Autoren: Prof. Dr. med. Jalid Sehouli und Prof. Dr. med. Werner Lichtenegger
ISBN 978-3867480031
akademos Wissenschaftsverlag

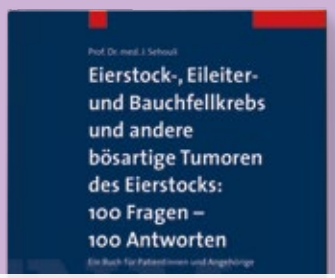
Mit Schreiben zur Lebenskraft – Ein Übungsbuch für Frauen mit Krebserkrankungen
Von: Susanne Diehm, Jutta Michaud und Prof. Dr. med. Jalid Sehouli, mit Illustrationen von Dr. Adak Pirmorady
Bestellbar bei der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs

Krebs Kung Fu: Eine Geschichte vom Kampf gegen den Krebs
Autorin: Anna Faroqhi
ISBN: 978-3861247036, bebra verlag

Website der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs
www.stiftungeierstockkrebs.de

Informationswebsite für Patientinnen mit malignem Aszites
www.maligner-aszites.de

Informationen und Hilfsangebote zum Thema erblich bedingter Eierstockkrebs
www.brca-netzwerk.de



Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs und andere bösartige Tumoren des Eierstocks: 100 Fragen – 100 Antworten. Ein Buch für Patientinnen und Angehörige
Autor: Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
ISBN: 978-3867480000
akademos Wissenschaftsverlag

Krebs und Kinderwunsch: 100 Fragen – 100 Antworten
Autoren: Dr. med. Andreas Jantke, Prof. Dr. med. Kai J. Bühling, Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
ISBN: 978-3-86748-008-6
akademos Wissenschaftsverlag

Von der Kunst, schlechte Nachrichten gut zu überbringen
Autor: Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
ISBN: 978-3466347025, Kösel-Verlag

Patientinnen sowie ihre Angehörigen und manchmal auch Ärzte scheuen sich, in einer solchen Situation Fragen zum Thema Krebs und Kinderwunsch zu stellen. Deshalb bietet die Broschüre »Krebs und Kinderwunsch: 100 Fragen –100 Antworten« Fragen zu den Möglichkeiten des Fruchtbarkeitserhalts trotz Krebserkrankung. Diese Fragen wurden so oder in ähnlicher Weise von Patientinnen und ihren Angehörigen im Arztgespräch häufig gestellt.

Das erfahrene und renommierte Autorenteam beantwortet insgesamt 100 Fragen nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Damit hilft die Broschüre, mit dem Thema offener umzugehen.

Medikamente gegen Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs: Wirkungen und Nebenwirkungen
Autor: Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
akademos Wissenschaftsverlag, Neuauflage 2018

ANZEIGE

Unsere TESARO-Werte

„Das TESARO-Team entwickelt mit großer Leidenschaft innovative Arzneimittel für Patienten, die sich mutig dem Kampf gegen Krebs stellen. Wir arbeiten intensiv daran, unsere Produktpalette durch Partnerschaften weiterzuentwickeln und zu festigen, um zu gewährleisten, dass wir den Anforderungen der Onkologie jetzt und auch in Zukunft gerecht werden können."

– Lonnie Moulder, CEO –

TESARO Bio Germany GmbH
Leopoldstraße 37 A | D-80802 München | Deutschland
kontakt-deutschland@tesarobio.com | www.tesarobio.com

TESARO

NEWS

Aus Deutschland und der Welt

NEUES LOTSENPROGRAMM AN DER CHARITÉ MIT LANGZEITÜBERLEBENDEN BIETET FRAUEN MIT EIERSTOCKKREBS BERATUNG UND HILFE

Unter dem Motto „Betroffene helfen Betroffenen“ startet im Frühjahr 2019 ein neues Pilotprojekt der Charité Berlin: Dann werden Frauen, bei denen die Diagnose Eierstockkrebs mindestens acht Jahre zurückliegt (sogenannte Langzeitüberlebende), zu Mentorinnen ausgebildet, damit sie neu diagnostizierten Patientinnen beratend zur Seite stehen können.

In anderen Bereichen ist die sogenannte „Peer to Peer“-Beratung schon länger etabliert, zum Beispiel für Migranten oder für Menschen mit körperlichen oder geistigen Beeinträchtigungen. Ebenso im psychiatrischen Bereich, in dem ehemalige Patienten oder chronisch Erkrankte andere Betroffene als Berater unterstützen. In Ländern, in denen es derartige Angebote im Gesundheitsbereich schon länger gibt, zeigte sich sowohl in der Alltagsbeobachtung als auch in Studien, dass sich beispielsweise die Anzahl der Tage im Krankenhaus verringerte.

Das Lotsenprogramm soll dabei eine Ergänzung bestehender Versorgungs- und Betreuungsangebote sein. „Wir möchten mit dem Angebot eine Lücke zwischen medizinischem Angebot und privater Sorge durch Angehörige schließen. Es bietet eine Möglichkeit der Unterstützung und Entlastung sowohl für das medizinische Personal als auch für Familie und Freunde der Patientinnen“, erläutert die Psychologin Özlem Özöncel, die gemeinsam mit Prof. Dr. med. Jalid Sehouli und Dr. med. Hannah Woopen das Programm leitet. „Das Wissen und die Erfahrung anderer Betroffener ist so wertvoll. Und dies vermittelt schließlich eine ganz andere Glaubwürdigkeit. Doch nicht nur die Patienten profitieren von dem Angebot. Vielen Mentoren gibt es einen neuen Lebenssinn und das gute Gefühl, gebraucht zu werden.“

Sowohl die Mentorinnen als auch die Patientinnen entscheiden selbst, in welcher Form und in welchem Umfang der Kontakt stattfinden soll: auf der Station, im Café oder nur telefonisch. Das Programm richtet sich auch an Mentorinnen aus anderen Bundesländern. Hier kann der Kontakt zur Patientin telefonisch erfolgen.

Die Projektverantwortlichen stehen den Mentorinnen bei Fragen oder Problemen jederzeit zur Verfügung. In dreimal jährlich stattfindenden Gruppentreffen sollen die Mentorinnen die Möglichkeit erhalten, Erfahrungen auszutauschen und Fragen zu besprechen. Die künftigen Mentorinnen werden auf Ihre Tätigkeit intensiv vorbereitet und in Ihrer individuellen Situation gestärkt. Die ersten Seminare sollen im April 2019 starten. Das Projekt läuft zunächst als einjährige Studie. Danach soll es neu aufgelegt und in größerem Umfang gestartet werden.

Sind Sie ebenfalls Langzeitüberlebende und haben Interesse an einer Tätigkeit als Mentorin? Oder sind Sie Patientin und benötigen den Rat einer Mentorin?
Dann wenden Sie sich gerne an Frau Dr. med. Hannah Woopen: unter hannah.woopen@charite.de

PARP-INHIBITOR OLAPARIB ERHÄLT ZULASSUNGS-ERWEITERUNG

Der Wirkstoff Olaparib wird unter anderem bei der Erhaltungstherapie des Platin-sensitiven Ovarialkarzinomrezidivs eingesetzt. Nun wurde die Zulassung der neuen Darreichungsform Filmtablette auf alle high-grade epithelialen Tumoren erweitert und die Therapie unabhängig vom BRCA-Mutationsstatus ermöglicht. „Die der Zulassungserweiterung […] zugrundeliegenden Studien belegen, dass mit Olaparib eine langfristige Krankheitskontrolle bei gutem Nebenwirkungsprofil möglich ist," erklärt Prof. Dr. med. Jalid Sehouli, Direktor der Klinik für Gynäkologie der Charité Berlin. „Neben der veränderten Darreichungsform sind das für die Patientinnen wie auch für die behandelnden Ärzte oftmals wesentliche Kriterien bei der Therapiewahl."

PARP-Inhibitoren sind eine neue Gruppe von sehr wirksamen Arzneistoffen, die bei der Behandlung von Eierstock-, Bauchfell- und Eileiterkrebserkrankungen sehr eindrucksvolle Ergebnisse gezeigt haben. PARP-Inhibitoren hemmen das Reparaturenzym Poly-ADP-Ribose-Polymerase (PARP) und verhindern, dass die Krebszellen den durch die platinhaltige Chemotherapie verursachten DNA-Schaden reparieren können.

VIP-NEWS

„BONEY M."-SÄNGERIN MARCIA BARRETT ÜBERLEBT DEN KREBS – UND DAS GLEICH FÜNF MAL

Marcia Barrett spricht in einem Interview mit dem Magazin BUNTE über ihren Kampf gegen den Krebs. Die Mitbegründerin und Sängerin der Band „Boney M.", die in den 70er Jahren mit dem Hit „Daddy Cool" berühmt wurde, überstand bereits fünf Krebserkrankungen. 1994 erkrankte sie an Eierstockkrebs – den sie besiegte.

In den darauf folgenden Jahren wurde sie mit weiteren Krebsdiagnosen konfrontiert: Brustkrebs, ein Tumor im Rückenmark sowie einer in einem Lymphknoten. 2007 wurde bei ihr Speiseröhrenkrebs festgestellt. Auch diesen überstand sie. „Ich wollte gehen, tanzen, singen. Mein Leben ist die Bühne – die Show!". Auf die Frage, ob sie Angst vor dem Sterben hatte, antwortet sie: „Dieses Gefühl habe ich nie an mich rangelassen. Der Tod will sich mit mir auch gar nicht anlegen. Er würde den Kürzeren ziehen." Ihren Humor hat Marcia Barrett trotz der Krebserkrankungen nie verloren. „[…] Letztlich ist diese Geschichte auch so unglaublich, dass man sie nur mit einem Lächeln und viel positiver Energie ertragen kann – und dank meines Mannes Marcus, der mir in dieser Zeit immer liebend zur Seite gestanden ist." Im Sommer ist ihre Autobiografie „Immer weiter" erschienen (Edition KOCH, ISBN: 3708105273, 25 €).

MOLECULAR HEALTH®

PRÄZISIONS-MEDIZIN: HOFFNUNG IM KAMPF GEGEN EIERSTOCK-KREBS

Ab sofort können sich Patientinnen an der Charité und der Klinik Essen-Mitte mit passgenauer Methodik gegen rezidivierten Eierstock-, Eileiter- oder Bauchfellkrebs behandeln lassen. Zusammen mit der Techniker Krankenkasse (TK) hat die Universitätsklinik ihren Versorgungsvertrag im Rahmen der Präzisionsmedizin erweitert. Er ermöglicht noch gezieltere Therapien durch computergestützte Tumoranalysen.

Passgenaue Therapie

Susanne Hertzer, TK-Chefin in Berlin und Brandenburg: „Mit der Ausweitung des Vertrags können mehr Informationen darüber gewonnen werden, wie wirksam die Analyse von Tumorgenen ist. Passgenaue Therapien sollen dabei helfen, unnötige Behandlungen und Medikationen zu vermeiden. Das ist nicht nur wichtig für die Lebensqualität der Patientinnen, sondern es können auch schneller Behandlungserfolge erzielt werden.“ Bislang umfasste der Vertrag die Behandlung von bestimmten Tumoren bei Kindern und Jugendlichen. Nun können auch Frauen, die an wiederkehrendem Eierstock-, Eileiter- oder Bauchfellkrebs leiden, davon profitieren.

Computergestützte Tumoranalyse

Haben vorherige Therapien nicht den gewünschten Erfolg erbracht, wird das Genom des Tumors nun im Rahmen des neuen Vertrages an der Charité systematisch sequenziert. Auf Grundlage weltweiter Datensätze und publizierter Studien analysiert die Heidelberger Firma Molecular Health die Daten computergestützt. Sie recherchiert anhand des individuellen „Tumorcodes“ aus einer Vielzahl von klassischen und neuen zielgerichteten Therapieformen. Die Ergebnisse fließen dann in die interdisziplinäre Tumorkonferenz der Charité für die individuelle Therapieentscheidung ein. So können die Experten das „neue Wissen“ durch die Tumorsequenzierung mit den klinischen Befunden in Einklang bringen und eine besser abgestimmte Therapieentscheidung formulieren.

Schwer behandelbar

Eierstockkrebs gehört zu den am schwierigsten behandelbaren Krebserkrankungen. „Wir benötigen dringend derartige Konzepte, wie es nun der Vertrag mit der TK erlaubt. Anders lässt sich der weitere und notwendige Fortschritt für unsere Patientinnen nicht erreichen“, so Professor Dr. med Jalid Sehouli, Direktor der Klinik für Gynäkologie mit Zentrum für onkologische Chirurgie und Leiter des Europäischen Kompetenzzentrums für Eierstockkrebs am Campus Virchow-Klinikum und der Klinik für Gynäkologie am Campus Benjamin Franklin der Charité. „Außerdem brauchen wir mehr und bessere Therapien, da viele Patientinnen erheblich vorbehandelt sind und für sie keine Standardtherapien existieren“, so Prof. Dr. J. Sehouli weiter.

Dr. Friedrich von Bohlen, Geschäftsführer von Molecular Health, die die Software entwickelt haben: „Wir freuen uns, dass nun auch Frauen, die an Eierstockkrebs erkrankt sind, von neuester medizinischer Technologie profitieren können. Die Patientinnen haben so die Möglichkeit, die für sie optimale Behandlung zu erhalten.“ Laut der letzten Auswertung des Robert Koch-Instituts (RKI) im Jahr 2014 erkranken jährlich 7.250 Frauen in Deutschland neu an einem Ovarialkarzinom. Bis 2014 lebten in der Bundesrepublik etwa 33.000 Frauen, bei denen Eierstockkrebs innerhalb der vergangenen zehn Jahre festgestellt wurde. Eierstockkrebs gilt als schwer behandelbar, da er oft erst im fortgeschrittenen Stadium diagnostiziert wird und häufig wiederkommt.

Präzisionsmedizin

Unter Präzisionsmedizin versteht man die gezielte Behandlung von Patienten, ausgerichtet an ihrer individuellen Genetik. Sie kann die Behandlung in schwierigen Krankheitsfällen unterstützen und hilft, neue Therapieformen zu finden. Präzisionsmedizin sei eine große Hoffnung im Kampf gegen Krebs, sagt Susanne Hertzer. Auf Basis der Molekularbiologie und neuer Informationstechnologien verändert sie die Perspektive künftiger Versorgung. Neben der Charité können Patientinnen das Versorgungsangebot auch im „Zentrum für ambulante Therapie in der Gynäkologischen Onkologie“ (ZAT) der Kliniken Essen-Mitte in Anspruch nehmen.

deutsche stiftung eierstockkrebs
german ovarian cancer foundation

Helfen Sie uns zu helfen!

Die Aufgaben der Stiftung sind vielfältig:

- Hilfe, Beratung und Informationen für Patientinnen und Angehörige
- Hilfe bei der Wahl der bestmöglichen Behandlung
- Enttabuisierung der Erkrankung in der Öffentlichkeit
- Förderung wissenschaftlicher Forschungsprojekte zur Verbesserung der Heilungschancen

Informieren Sie sich bitte unter
www.stiftungeierstockkrebs.de

Deutsche Stiftung Eierstockkrebs
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE78 1002 0500 0001 2065 00
BIC: BFSWDE33BER

INFORMIEREN

Die Stiftung gibt regelmäßig Informationsmaterial für Patientinnen in mehreren Sprachen sowie Informationsfilme heraus.

AUFKLÄREN

Das Bewusstsein für diese Erkrankung muss in der Gesellschaft verstärkt werden. Die Stiftung arbeitet dafür intensiv mit verschiedenen Medien zusammen.

FORSCHUNG UNTERSTÜTZEN

Als eine der eher seltenen Krebserkrankungen steht Eierstockkrebs nicht im Fokus der Wissenschaft. Das soll und muss geändert werden. Daran arbeitet die Stiftung durch Engagement in der medizinischen Öffentlichkeit und durch Unterstützung neuer Forschungsprojekte.

Sie können die Arbeit der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs mit einer Spende unterstützen. Gerne stellen wir auch Spendenbescheinigungen aus.

Herzlichen Dank!

ANZEIGE

Die optimale Versorgung und Pflege von Krebs-Patienten ist Ihr – und unser Anspruch. Neben der Primärtherapie legt die RIEMSER Pharma GmbH besonderen Wert auf supportive Therapien. Damit unterstützen wir Ihre Arbeit am Patienten – gemeinsam für mehr Lebensqualität.

RIEMSER

RIEMSER ONKOLOGIE
Motivation Mensch

Winterzeit = Erkältungszeit:

So können Sie sich während der Krebstherapie vor Infekten schützen

die Erkältungssaison beginnt. Für Menschen mit einer Krebserkrankung kann das zu einer echten Herausforderung werden. Vor allem wenn die Immunabwehr geschwächt ist. Dann ist der Körper besonders anfällig für Infekte. Diese können unter Umständen unangenehme Folgen haben. Verschiedene Vorsichtmaßnahmen können Ihnen dabei helfen, sich davor zu schützen.

Chemo, Bestrahlung & Co. können das Immunsystem schwächen

Eine Krebstherapie kann – je nach Art und Dauer der Behandlung sowie Dosierung der Krebsmedikamente – die Immunabwehr des Körpers schwächen und ihn anfälliger für Krankheitserreger machen. Das gilt vor allem für die Chemotherapie. Aber auch bei Bestrahlungen des blutbildenden Knochenmarks, bei bestimmten zielgerichteten Krebstherapien oder nach großen operativen Eingriffen kann der Körper besonders anfällig für Infektionen sein. Ebenso bei einem schlechten gesundheitlichen Allgemeinzustand sowie bei Gewichtsverlust und Mangelernährung. Infekte können den Körper zusätzlich zur Krebserkrankung und Therapie schwächen oder dazu führen, dass die Therapie unterbrochen werden muss. Oft dauert es auch länger, bis man sich von einem Infekt erholt. Die Ärzte kontrollieren daher während der Krebstherapie regelmäßig die Zahl weißer Blutkörperchen, die für die Immunabwehr des Körpers zuständig sind, um rechtzeitig Schutzmaßnahmen ergreifen zu können.

Impfen während der Krebstherapie – Geht das?

Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, ob eine Impfung bei Ihnen sinnvoll beziehungsweise möglich ist. Denn ob geimpft werden kann, hängt von der Art der Krebstherapie, vom erforderlichen Impfstoff und vom allgemeinen Gesundheitszustand ab. Manche Patienten sorgen sich, dass sich eine Impfung negativ auf die Krebserkrankung auswirkt und das Immunsystem zusätzlich belastet. Dafür gibt es bisher keine wissenschaftlichen Beweise. Bei den meisten Krebspatienten ist eine Impfung problemlos möglich. In bestimmten Situationen kann sie sogar ganz besonders wichtig sein.

So können Sie sich selbst schützen

Wenn Ihre Immunabwehr durch eine Krebstherapie geschwächt ist, sollten Sie größere Menschenansammlungen möglichst meiden. Zum Beispiel in überfüllten öffentlichen Verkehrsmitteln. Ebenso in Wartezimmern: Fragen Sie das medizinische Personal, welche Lösungsmöglichkeiten es dafür gibt. Auch in Kindergärten, Geschäften oder im Kino kann man sich leicht mit Krankheiten anstecken. Wichtig ist in dieser Zeit vor allem, regelmäßig die Hände zu waschen und so die Zahl an Keimen, die an der Haut haften, so gering wie möglich zu halten. Wenn Sie Vitamine, Mineralstoffe oder Medikamente zur Verbeugung einer Erkältung nehmen möchten, fragen Sie vorher immer Ihre Ärztin oder Ihren Arzt. Denn manchmal kann es sein, des es zu Wechselwirkungen mit der Krebstherapie kommt. Beachten Sie dabei auch, dass der Nutzen solcher Präparate nicht nachgewiesen ist. Unter Umständen können sie darüber hinaus den Verlauf der Behandlung beeinflussen.

Was tun bei einem Infekt?

Wenn dann doch der Infekt zuschlägt, sind viele Patienten unsicher, was sie tun sollten: gleich zum Arzt gehen, es mit Hausmitteln und freiverkäuflichen Medikamenten versuchen, oder abwarten, bis der Infekt von selbst wieder verschwindet? Wenn bei Ihnen bereits eine geschwächte Immunabwehr festgestellt wurde, sollten Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt darüber sprechen und nicht versuchen, sich selbst zu behandeln. Bei Fieber gilt: keine körperliche Anstrengung, viel trinken, leichtes Essen und Schlaf. Und ganz wichtig: Wenn Sie unsicher sind, wie Sie sich verhalten sollen, zögern Sie nicht und fragen Sie nach. BN

Wellness während der Krebstherapie – Geht das?

Sauna und Thermalbad

Mit regelmäßigen Saunabesuchen kann man sein Immunsystem stärken sowie Herz und Kreislauf etwas Gutes tun. Warme Bäder – ob im Thermalbad oder in der heimischen Badewanne – können dabei helfen, Muskeln und Gelenke zu entspannen.

Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, ob die Anwendung von Wärme für Sie problemlos möglich ist:

- Im Spa oder im Schwimmbad tummeln sich aufgrund vieler Menschen oft auch viele Keime. Während der Krebstherapie, zum Beispiel einer Chemotherapie, kann Ihr Immunsystem damit überfordert sein und damit das Risiko von Infektionen steigen.
- Eine Krebstherapie kann den Kreislauf schwächen.

Wenn es draußen kalt, nass und grau wird, erfreuen sich Wellness-Studio, Sauna & Co wieder wachsender Beliebtheit. Die Menschen suchen Orte der Entspannung, um sich zu erholen und die Seele baumeln zu lassen – und dabei etwas für die Gesundheit und das Wohlbefinden zu tun. Krebspatienten sollten vorher jedoch ihre Ärztin oder ihren Arzt fragen, ob sie Wellness-Angebote uneingeschränkt genießen können oder bei bestimmten Anwendungen zurückhaltend sein sollten. Hier möchten wir Ihnen einige Tipps geben.

Zu viel Wärme verkraftet Ihr Körper dann eventuell nicht.

- Wenn bei Ihnen Lymphknoten entfernt oder bestrahlt wurden, kann zu viel Wärme das Risiko für die Entstehung eines Lymphödems erhöhen. Wenn bereits ein Lymphödem aufgetreten ist, holen Sie vor dem Gang in die Sauna oder das Thermalbad ärztlichen Rat ein. Möglicherweise wird man Ihnen dann empfehlen, auf Wärmeanwendungen zu verzichten.
- Bestrahlungen oder bestimmte Medikamente können Ihre Haut empfindlicher machen und deren Barrierefunktion stören. Durch zu langes Baden in warmem Wasser, durch Chlor oder durch Badezusätze kann sie zusätzlich aufgeweicht und geschädigt werden.
- Wenn Sie gerade erst operiert oder bestrahlt wurden, ist Ihre Haut an den entsprechenden Stellen besonders sensibel. Zu viel Wärme kann dort eine verstärkte Durchblutung und Schwellungen verursachen.

Massagen

Massagen können nicht nur dabei helfen, Muskelverspannungen zu lösen und Schmerzen zu lindern. Sie können auch dazu beitragen, den Blutdruck und den Puls zu senken, Stress abzubauen, das Immunsystem zu stärken oder depressive Verstimmungen und Ängste zu reduzieren. Heute gibt es unzählige Massagetypen. Probieren Sie, welche Ihrem Körper gut tut.

In bestimmten Situationen wird Ihnen Ihre Ärztin oder Ihr Arzt von Massagen abraten:

- Kurz nach einer Operation, wenn die Operationsnarbe noch nicht verheilt ist
- Bei Entzündungen: also auch bei Fieber, Schwellungen, Rötungen oder Schmerzen
- Bei geschädigter Haut, zum Beispiel aufgrund einer Bestrahlung oder als Nebenwirkung der Chemotherapie

Aromatherapie

Auch wenn es für die positive Wirkung ätherischer Öle noch keine wissenschaftlich fundierten Belege gibt, zeigt die Praxis: Bei Krebspatienten kann sie die Lebensqualität verbessern, wenn die Düfte und Aromen als angenehm empfunden werden. Ob für die Massage, zur Inhalation, für das Kopfkissen oder die Duftlampe – ätherische Öle können dabei helfen, Ängste abzubauen und Anspannungen zu lösen.

Verwenden Sie die Öle jedoch nur in geringen Konzentrationen:

- Ätherische Öle können die Haut oder die Atemwege reizen, wenn man sie in zu hohen Konzentrationen anwendet. Besonders vorsichtig sollten Sie sein, wenn Ihre Haut durch die Krebstherapie geschädigt ist.
- Achten Sie auch auf mögliche Allergien, die durch manche Öle ausgelöst werden können.

Mythos

Massagen und Lymphdrainagen beeinflussen die Bildung von Metastasen und verbreiten die Tumorzellen im Körper

Dafür gibt es bisher keine belastbaren Beweise. Gut ausgebildete Therapeuten kennen darüber hinaus die besonderen Bedürfnisse von Krebspatienten. Und: Bei einem Lymphödem sind Lymphdrainagen in der Regel unverzichtbar. Wenn Sie unsicher sind, holen Sie ärztlichen Rat ein.

Bevor Sie in die Sauna, ins Thermalbad oder zur Massage gehen: fragen Sie zuerst Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, was Sie dabei berücksichtigen sollten. Denn durch die Krebserkrankung und die Krebstherapie ist Ihr Körper unter Umständen geschwächt, und die eigentlich positiven Effekte von Wellness-Anwendungen können sich nachteilig auswirken. Ganz wichtig ist dabei auch immer Ihr eigenes Empfinden. Hören Sie auf Ihren Körper. Auch er sagt Ihnen, was Ihnen gut tut und was nicht. BN

Mit der richtigen Ernährung gestärkt durch den Winter und durch die Krebstherapie

Interview mit Prof. Dr. med. Andreas Michalsen

Herr Professor Michalsen, wie kann man den Körper im Winter und in der Erkältungssaison durch die richtige Ernährung wirkungsvoll stärken? Insbesondere während einer Krebstherapie?

Wichtig ist zum einen, die Ernährung mit den bekannten gesunden Aspekten zu optimieren: das heißt also eine möglichst vegetarische Ernährung mit viel Gemüse und Obst, Hülsenfrüchten und Vollkornprodukten. Im Herbst sind aber auch

besonders Kreuzblütler wie Broccoli, Rosenkohl und Rotkohl zu empfehlen. Und auch Lebensmittel, die günstig für die Darmbakterien sind, wie Nüsse, Mandeln, Beeren, Haferflocken oder Wurzelgemüse. Ein gelegentlicher Boost mit einem Smoothie, bestehend aus Beeren, grünem Blattgemüse und Ingwer, ist günstig. Curcuma ist grundsätzlich als Gewürz zu empfehlen. Aber essen Sie nicht zu kalt. Jetzt ist es besser, Gemüsesuppen und Aufläufe zu essen anstatt allzu viel Salat. Gewürztees, grüner Tee und Ingwertee sind die besten Getränke.

Wie wirkt sich die Ernährung auf das Immunsystem aus? Welche Vitamine und Mineralstoffe sind besonders wichtig?

Die beschriebene Ernährung hat vor allem über den hohen Anteil an Antioxidantien sowie über die Wirkung auf die Darmbakterien einen insgesamt positiven Effekt auf die Immunabwehr. Es sind nicht einzelne Mikronährstoffe und Vitamine wichtig, sondern das abwechslungsreiche Gesamtpaket: viel Gewürze, Beeren, Zwiebeln, Broccoli und Co. Sowie Linsen, Bohnen und Vollkorngetreide.

Univ.-Prof. Dr. med. Andreas Michalsen, Chefarzt der Abteilung Naturheilkunde im Immanuel Krankenhaus Berlin und Inhaber der Stiftungsprofessur für klinische Naturheilkunde am Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitsökonomie der Charité-Universitätsmedizin Berlin.

Welche (saisonalen) Lebensmittel sind besonders wertvoll?

Jetzt sind es die Walnüsse und generell die Nüsse, die zu empfehlen sind. Ebenso Äpfel, die man wegen des Querzetins immer mit Schale essen sollte, sowie Trauben, Kohl, Kürbis, schärfere Gewürze, Granatapfel oder Rote Beete.

Sollte in bestimmten Situationen Zurückhaltung bei verschiedenen Lebensmitteln geübt werden?

Grundsätzlich gilt: Immer sollte die Verträglichkeit berücksichtigt werden. Manchmal muss sich der Darm erst

an Speisen gewöhnen. Antibiotika, Operationen, Bestrahlung und Chemotherapie können kurzfristig die Verträglichkeit einschränken.

Ist gegebenenfalls auch auf Wechselwirkungen mit der Therapie zu achten?
Ja, grüner Tee beispielsweise kann die Wirkung von Tamoxifen steigern, aber wiederum die Wirkung einiger Chemotherapien abschwächen. Während einer Chemo sollte man auch vorsichtig mit Grapefruit und Curcuma sein.

Gibt es bei unterschiedlichen Krebsarten unterschiedliche Erkenntnisse zur Ernährung?
Die gibt es. Um einige Beispiele zu nennen: Bei Prostatakrebs sind vor allem Milchprodukte ungünstig und vermutlich eine vegane Ernährung ideal. Bei Brustkrebs scheinen grüner Tee, Leinsamen und Blaubeeren eine positive Wirkung zu haben. Bei Darmkrebs wurde für Nüsse und Mandeln eine schützende Wirkung bezüglich eines möglichen Rezidivs gezeigt.

Was ist von den vielen beworbenen Nahrungsergänzungsmitteln zu halten?
Sie sind immer nur die zweitbeste Lösung. Am besten ist es, alle wichtigen Stoffe über die Nahrung aufzunehmen.

Ist fettreiche Kost – und dabei kohlenhydratarm – ein möglicher, die Therapie unterstützender Weg?
Eine fettreiche Ernährung ist nach neuesten Studien nur zu empfehlen, wenn sie pflanzenbasiert durchgeführt wird. Nur in Ausnahmefällen, z. B. bei Hirntumoren, empfehlen wir den Versuch mit einer ketogenen, also fettreichen Form der diätetischen Ernährung.

Das Interview führte Bettina Neugebauer.

In der nächsten Ausgabe sprechen wir mit Professor Michalsen über das Thema Diäten sowie über eine aktuelle, gemeinsam mit Professor Sehouli durchgeführte Fastenstudie mit Eierstockkrebspatientinnen.

ANZEIGE

CLOVIS ONCOLOGY

Bald auch in Deutschland

NEUES
AUS DER STIFTUNG

WETTBEWERB „MALEN GEGEN EIERSTOCKKREBS“ DER DEUTSCHEN STIFTUNG EIER-STOCKKREBS UND DER EURO-PÄISCHEN GILDE FÜR MEDIZIN UND KULTUR

Die vergangenen Aktionen der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs haben große öffentliche Aufmerksamkeit erzeugt. Nach „Modenschau Size Hero“, „Singen gegen Eierstockkrebs“ und „Schreiben gegen Eierstockkrebs“ startet nun der bundesweite Kunstwettbewerb.

Die Deutsche Stiftung Eierstockkrebs ruft gemeinsam mit der Europäischen Künstlergilde für Medizin und Kultur zum Wettbewerb „Malen gegen Eierstockkrebs“ auf. Unter dem Leitmotiv „Lebensräume“ sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf malerische Weise Hoffnung, Kraft und Inspiration ausdrücken und diese Emotionen in Behandlungsräume, Praxen und Kliniken tragen.

Zur Teilnahme am Wettbewerb sind alle Interessierten aufgerufen: professionelle Kunstschaffende, Kunststudierende, Freizeitakteure, Betroffene, Angehörige, alle medizinischen Berufsgruppen, sowie Maltherapeuten. Gerade im Rahmen der Krebsbehandlung kann künstlerisches Schaffen zum Heilungsprozess beitragen.

Die Initiatoren des Kunstwettbewerbs sind davon überzeugt, dass Bilder unterschiedliche Emotionen auslösen und neue Perspektiven schaffen. Daher werden zur Bewertung der eingereichten Werke nicht nur klassische künstlerische Kriterien zu Grunde gelegt, sondern es geht vielmehr um Gefühle und Gedanken, die die Kunstwerke auslösen und den Krebspatientinnen als Kraftquelle dienen können.

Am Ende ist die Öffentlichkeit aufgerufen, Sieger in unterschiedlichen Kategorien per Onlinevotum zu küren. Ein Teil der Werke wird deutschlandweit in Arztpraxen und Chemoambulanzen ausgestellt. Der Wettbewerb wird unterstützt durch Eierstockkrebs Deutschland e.V.

Weitere Informationen finden Sie in Kürze auf www.stiftungeierstockkrebs.de/kunstwettbewerb

„INFORMIERT UND KREATIV“ – SCHREIB- UND KREATIVTOUR DER DEUTSCHEN STIFTUNG EIERSTOCKKREBS GEHT AUF DEUTSCHLANDTOUR

Die Veranstaltungsreihe zu Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs mit therapeutischen Kreativ-Workshops richtet sich an betroffene Frauen, Angehörige und Zugehörige, sowie Initiatoren von Selbsthilfe- und Therapiegruppen. Nun geht die Schreibtour auf Deutschlandtour.

Medizinische Therapieverfahren sind nur ein Teil heutiger Behandlungsoptionen bei Krebserkrankungen. Zur Krankheitsbewältigung gehören heute auch Ergänzungen wie Kunsttherapie, Bewegungstherapie, Musiktherapie oder therapeutisches, kreatives Schreiben. Aus diesen Angeboten können die Patientinnen viel Kraft und Motivation für ihren Genesungsprozess gewinnen.

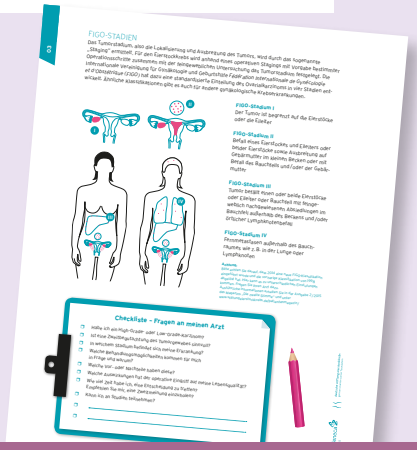
Die neue Wissenstour „Informiert und kreativ“ soll genau die beiden Säulen Betroffenen und ihren Angehörigen vorstellen. Die Veranstaltungen ermöglichen einen Einblick in die künstlerischen Therapien und stellen zugleich die recht neue Methode des gesundheitsfördernden kreativen Schreibens in einem Schreibcafé vor. „Informiert und kreativ“ ist eine Initiative der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs, mit Prof. Jalid Sehouli als anerkanntem Spezialisten für Eierstockkrebs. Unterstützt wird sie von der TESARO Bio Deutschland GmbH.

Termine, Veranstaltungsorte und weitere Informationen erhalten Sie hier: www.schreibtour.info

„MEIN WISSEN IST MEINE CHANCE“: NEUER THERAPIEBEGLEITER ERSCHIENEN

Der Therapiebegleiter führt Patientinnen mit Eierstock-, Eileiter- oder Bauchfellkrebs durch ihre Behandlung und verbessert die Arzt-Patientinnen-Kommunikation.

Untersuchungen zeigen, dass Patienten, die sich umfassend über ihre Erkrankung und ihre Behandlung informieren, besser an der Therapie mitwirken können und insgesamt zufriedener mit ihrer medizinischen Versorgung sind. Vor diesem Hintergrund erscheint nun ein sorgfältig abgestimmter Leitfaden, der die Patientinnen auf Basis eines flexiblen Informationskartensystems zum einen über Eierstock-, Eileiter- und Bauchfellkrebs und verschiedene Behandlungsformen informiert und zum anderen zahlreiche Möglichkeiten für Dialog und Interaktion schafft. Der Therapiebegleiter soll die Patientinnen gut informiert durch Therapie und Nachsorge führen und dabei helfen, auch den Alltag mit der Erkrankung bestmöglich zu meistern. Er unterstützt die Frauen dabei, sich auf Arzttermine vorzubereiten, Fragen zu formulieren oder Behandlungsvorschläge abzuwägen. Gleichzeitig bietet er mit kreativen Elementen, Rätseln oder Rezept-Vorschlägen viele Anregungen, die Gedanken auch mal auf andere Themen als die eigene Krankheit zu richten. Der Therapiebegleiter entstand auf Initiative von Prof. Dr. Sehouli und wurde mit Patientinnen, weiteren Fachexperten aus der Charité, dem Verein Eierstockkrebs Deutschland e. V. und anderen Betroffenen erarbeitet und auf seine Praxistauglichkeit getestet.



Fragen Sie Ihre Frauenärztin oder Ihren Frauenarzt nach dem Therapiebegleiter. Alternativ können Sie ihn bei der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs bestellen, unter info@stiftung-eierstockkrebs.de

„ICH LEBE“ – START DER NEUEN WANDER-AUSSTELLUNG

Die Fotoaktion portraitiert auf einfühlsame Weise Frauen, deren Diagnose Eierstockkrebs, Eileiter- und Bauchfellkrebs mehr als 8 Jahre zurückliegt und somit als sogenannte Langzeitüberlebende leben und behandelt werden.

Unter dem Titel „Ich lebe!“ wurden im Rahmen eines professionellen Fotoshootings die Protagonistinnen abgelichtet. Ziel ist es, in den Bildern zu zeigen, welche Kraft diese Frauen besitzen, um so viele Jahre mit dieser lebensbedrohlichen Diagnose Eierstockkrebs zu leben. Was macht diese Kraft der Frauen aus? Was hat ihnen Kraft gegeben? Was hat sie in dieser Zeit motiviert oder inspiriert?

Entstanden sind künstlerisch anspruchsvolle Fotografien, die den Betrachtern Mut, Respekt, Hoffnung und Motivation geben sollen und darüber hinaus zum Thema Langzeitüberleben informieren. Im Rahmen einer Wanderausstellung werden die Fotos nun der Öffentlichkeit präsentiert. Darüber hinaus ist geplant, die Aufnahmen in einem Bildband zusammenzufassen.

Unter www.stiftungeierstockkrebs.de/ich-lebe sind Ausschnitte der Fotografien und der Ausstellung zusammengestellt. Dort sind auch alle Informationen zur Wanderausstellung, Termine und Orte zu entnehmen.

ANZEIGE

Diagnose Eierstockkrebs
Lebenssprung

Roche

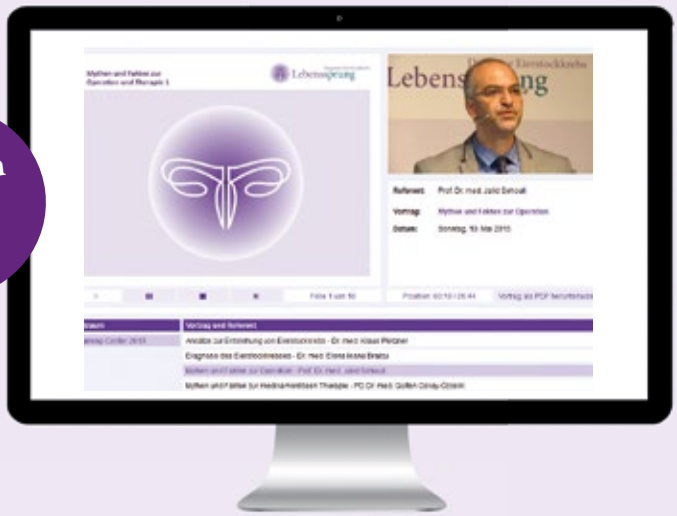
Haben Sie Fragen zu Eierstockkrebs?

Besuchen Sie das innovative Learning Center „Eierstockkrebs verstehen“ auf www.eierstockkrebszentrale.de.

In einem „virtuellen Vortragsraum“ können Sie die Redner und deren Vorträge der Veranstaltung „Lebenssprung – Diagnose Eierstockkrebs“ in Berlin verfolgen. Informieren Sie sich über die folgenden Themen:

- **Entstehung**
- **Diagnose und**
- **Therapien der Erkrankung**

Schauen Sie rein!



Roche Pharma AG
Hämatologie / Onkologie
79639 Grenzach-Wyhlen | Deutschland

© 2015

Die Deutsche Stiftung Eierstockkrebs sagt: „Danke für diesen tollen Tag!“. Bei sonnigem Wetter kamen am 13. Mai viele Interessierte zum Aktions- und Informationstag in den Friedrichsaal Unter den Linden um sich zu informieren und sich auszutauschen. Zudem fand die Preisverleihung des 1. Literaturwettbewerbs statt. Krönender Abschluss war die jährlich stattfindende Parade, die viel öffentliche Aufmerksamkeit erregte.

Das war der Welteierstockkrebstag 2018 in Berlin

Viele Teilnehmerinnen waren begeistert vom Fotoshooting „Fighting for Nancy“

Der Welteierstockkrebstag ist ein wichtiger Bestandteil der Arbeit der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs

Nach der Eröffnung der Veranstaltung durch Prof. Jalid Sehouli seitens der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs und Andrea Krull als Vertreterin der deutschlandweiten Selbsthilfegruppen erwarteten die Teilnehmer Fachvorträge zu den Themen „Neue Therapieverfahren“, „Immuntherapie“, „Psyche“ und „Ernährungsfragen“, erläutert von den Spezialisten Dr. Pietzner, Prof. Rose und Dr. Stange.

In der Pause konnten sich die Gäste an unterschiedlichen Aktionsständen informieren, in der Leseecke bei aktueller Literatur entspannen, am Buffet Energie tanken oder am Fotoshooting „Fighting for Nancy. Fighting against ovarian cancer.“ teilnehmen. Und dieser Aufforderung folgten unzählige Patientinnen, Freunde und Prominente. Tolle Bilder sind entstanden, die nun in einer neuen Kampagne betroffene Frauen mit Eierstockkrebs und ihre Angehörigen und Freunde motivieren und ihnen Mut spenden sollen.

Der zweite Veranstaltungsteil gehörte ganz dem Thema „Schreiben gegen Eierstockkrebs“ – Neben einem Motivationsvortrag der Schreib-Expertin Jutta Michaud und einer Lesung des renommierten Autors David Wagner lag der Fokus ganz auf der Preisverleihung des 1. Literaturwettbewerbes der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs. Julia Schwerdtfeger, Birgit Gruber und Manfred Kiefer heißen die Gewinner 2018. Herzlichen Glückwunsch! Die Jury um Patricia

Lesen Sie mehr zum Literaturwettbewerb im nächsten Beitrag.

Riekel, Dr. Elke Leonhard, Wolfgang Kohlhaase Jutta Vinzent sowie Susanne Diehm war vor Ort und überreichte die Preise.

Der Höhepunkt und Abschluss des Aktionstages war wie im vergangenen Jahr die Parade gegen Eierstockkrebs zum Gendarmenmarkt. Begleitet durch mitreißende Trommelrhythmen der Gruppe „Al Samar“ und tollen Darbietungen der über 40 Cheerleader des Vereins „Scorpions Berlin“ zogen die Teilnehmer bunt, ausgelassen und lautstark zum Konzerthaus am Gendarmenmarkt. Dort angekommen wurden noch einmal Beiträge des Literaturwettbewerbes durch die Schauspielerin des Berliner Ensemble Sina Martens vorgestellt. Den Abschluss bildete der Sieger-Song aus dem Vorjahreswettbewerb „Singen gegen Eierstockkrebs“ von Dr. Volkan Aykac, der das gesamte Publikum zum Singen, Tanzen und Lächeln brachte.

Und der nächste Termin steht schon: am 12. Mai 2019 ist Welteierstockkrebstag in Berlin!

Die enorme Resonanz zeigt, dass dieser besondere Tag mit all seinen Informationen, Themen und Aktionen ein wichtiger Bestandteil der Arbeit der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs für die betroffenen Frauen mit Eierstockkrebs, deren Angehörige, Freunde sowie Ärzte und medizinischen Betreuer ist.

Die Deutsche Stiftung Eierstockkrebs bedankt sich bei allen, die dabei waren und den Tag so wundervoll unterstützt und begleitet haben!

Tolle Stimmung und fantastische Darbietungen durch junge Cheerleader des „Berlin Scorpions e.V.“ und der Trommelgruppe „Al Samar e.V.“

– 1. – Literaturwettbewerb

DER DEUTSCHEN STIFTUNG EIERSTOCKKREBS

WIR SAGEN DANKE!

Am 13. Mai 2018 wurden im Rahmen des Welteierstockkrebstags die Gewinner des Literaturwettbewerbs „Schreiben gegen Eierstockkrebs“ der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs gekürt: Aus 130 Einsendungen wurden das beste Gedicht, die beste Kurzgeschichte und eine besondere Geschichte prämiert. Keine leichte Aufgabe, denn jede Einsendungen war einzigartig und hinterließ einen bleibenden Eindruck!

Viele Beiträge waren autobiografisch inspiriert – verfasst aus der Sicht der Krebspatientinnen selbst, der Angehörigen, aber auch aus der Perspektive derjenigen die beruflich mit dem Thema Eierstockkrebs befasst sind. Die Texte drehten sich um die Krebsdiagnose, die Erlebnisse während der Behandlung, die Herausforderungen des Alltags, um Heilung, aber auch um den Tod. Die Inhalte wurden erschütternd, tragisch-komisch, aber auch witzig erzählt. „Die Trauer, Verzweiflung, das Suchen nach Halt – Gefühle, die unausgesprochen durch die Zeilen drangen, haben uns als Jury tief bewegt und deshalb eine Entscheidung sehr schwer gemacht“, fasst Professor Jalid Sehouli seine Eindrücke zusammen.

Im Rahmen des Welteierstockkrebstages 2018 in Berlin stellte die Schauspielerin Sina Martens die Siegerbeiträge vor.

Alle Informationen zur Aktion, zur Preisverleihung sowie die vollständigen Beiträge der Plätze 1 bis 3 in den verschiedenen Kategorien finden Sie auf www.stiftungeierstockkrebs.de

1. PREIS

IN DER KATEGORIE „GEDICHT“:

JULIA SCHWERDTFEGER AUS HANNOVER

Schweres Gepäck

für Anna
Im Traum
heute Nacht
sah ich das Meer
blauglitzernde Fläche
beruhigend
unendlich.
Sah das Kind
an der Wasserkante
unbekümmert
Steine suchen
kleine weiße Zuckersteine
glatte Handschmeichler
mit Salzwasserguss.

Jetzt liegt er
im Meer
hingeschleppt
an den Kiesstrand
der Kindheit
am Ende der Welt.
Kraftvolles Knirschen
von Sand und
von Stein
und von Strömung.
Er torkelt ins Tiefe
mit jeder Welle
wie ein Betrunkener
dann ist er weg.
In ein paar Jahren
komme ich wieder
glatte Handschmeichler
suchen.
Eingekeilt
tief unten
im Bauch
lagert
der Stein
unförmig eckig
schwarz und schwer.
So viel wiegen
Angst
Trauer
Schmerz
Verzweiflung
und Wut.

1. PREIS

IN DER KATEGORIE „DIE BESONDERE GESCHICHTE“:

MANFRED KIEFER AUS SPEYER

Ohne sie

(Auszug:)
„Wenn Vera durch einen Anschlag ums Leben gekommen wäre, dann wüsste ich wenigstens gegen wen sich mein unbändiger Hass richten würde. Aber so bleiben nur ohnmächtige Wut, Trauer und Verzweiflung. Krebs, was ist das? Der Name geht auf Hippokrates zurück, die von Blutgefäßen umgebenen Tumoren erinnerten ihn an das Fluss- und Meeresgetier, lese ich in P.M. Warum stoße ich immer wieder auf solches Zeug? Krebs ist nicht gleich Krebs. Das weiß ich inzwischen und Eierstockkrebs gehört zu den aggressivsten Krebsarten mit den geringsten Überlebenschancen. […]“

„[…] Ich war fast jeden Tag im Krankenhaus, mal am frühen Vormittag (bevor ich mit der Arbeit anfing – ich hatte ja das „Glück“, von zu Hause arbeiten zu können), mal am späten Nachmittag. Oft lösten mich auch die Jungs ab, manchmal (meist am Wochenende) waren wir auch alle bei ihr. Ansonsten haben wir viel telefoniert. Vera mochte keine Smartphones. Um trotzdem nicht auf die Telefone in den Krankenhäusern angewiesen zu sein, habe ich ihr ein schickes Klapphandy gekauft, kein „Oma-Teil“, das hätte nicht zu ihr gepasst, sie sah trotz ihrer schweren Krankheit immer noch jung aus. Ja, wir haben viel telefoniert, manchmal, wenn sie mich nicht gleich erreichte, sprach sie auf den Anrufbeantworter. Ich habe es bis jetzt nicht fertig gebracht, diese Nachrichten zu löschen, geschweige denn wieder anzuhören.“

1. PREIS

IN DER KATEGORIE „KURZGESCHICHTE“:

BIRGIT GRUBER AUS NÜRNBERG

Passen Sie bloß auf, dass mir nichts passiert!
Ovarialkarzinom, Peritonealkarzinose, Adenokarzinom, Zervixkarzinom –
Weniger hätte auch gereicht!

(Auszug:)
[…] Ich liebe mein Leben. Es sind noch viele Träume drin in meinem Kopf. Brautkleider kaufen für meine Töchter, irgendwann meine Enkel kennenlernen, laufen, lachen, lieben, und vieles mehr. Ich habe keine Angst zu sterben, ich habe Angst vor dem Weg dahin. Ich möchte den Weg in Würde gehen. Meinen Lieben die Gewissheit geben, dass alles geregelt ist: Unterlagen sortiert, Wünsche geäußert, Grabstelle ausgesucht, Trauerfeier besprochen. Der Tod war so nah, ich habe mich auf den Abschied gut vorbereitet. Und dann, irgendwann, wurde mir bewusst: „Ich bin gar nicht tot. Einfach einen Tag nach dem anderen gelebt und überlebt. Abgestürzt, aufgeschlagen, aufgerappelt, wieder da. Familie, Freunde und meine Arbeit haben mich getragen durch diese Zeit. Der Mensch braucht Liebe und Leidenschaft, dann ist Großes möglich. Ich bin zurück im Leben. Ich gehe zur Arbeit, erledige meinen Haushalt, und laufe durch die Wälder. Schlammlauf, House Running, Kletterwald und noch viel mehr völlig sinnfreie, aber spannende Dinge darf ich erleben. Ein Brautkleid ist gekauft. Wir werden sehen was kommt. Die Natur ist meine Verbündete. Wenn die Traurigkeit kommt, dann gehe ich raus. Krebs und alles was dazu gehört sind nicht lustig, aber ohne meinen Humor hätte ich es nicht geschafft. Während der Chemotherapie hat Tochter Nr.1 Geburtstag, bereit zur Abfahrt entsteht folgender Dialog: „So Oma, alles an Bord: Anti-Kotz-Tablette?“ „Schon drin in mir.“ „Hörgerät?“ „Nicht nötig.“ „Brille?“ „Auf dem Kopf.“ „Gehhilfen?“ „Dabei.“ „Wickeltasche?“ „Hier.“ „Kopftuch?“ „Wer von uns Beiden braucht jetzt die Brille?“ „Abfahrt Papa, die Patientin ist reisefertig, das Pflegepersonal an Bord.“ Wir haben lange nicht so gelacht wie an diesem Abend.

Und jetzt? Es geht mir gut. Auf unserem Badezimmerspiegel steht ganz groß geschrieben: „Heute ist ein guter Tag!“

„Ich pass gut auf, dass mir nichts passiert.“

Die Stiftung dankt allen Unterstützern, die erst durch ihr Engagement diesen Literaturwettbewerb ermöglicht haben.

Dabei sein und mitmachen! Wichtige Termine für Sie!

Januar 2019	**„Schreibtour“ in Hannover**
Februar 2019	**MammaMia! Patientenkongress, Frankfurt**
Februar 2019	**„Schreibtour“, München**
Februar 2019	**„Schreibtour“, Berlin**
Februar 2019	**„Fototour Ich lebe!“, Potsdam**
März 2019	**„BRCA-Infotour“, München**
März 2019	**„Schreibtour“, Kassel**
März 2019	**„Tag der Berliner Krebsselbsthilfe“**
12. Mai 2019	**Welteierstockkrebstag, Berlin**

Alle aktuellen Termine finden Sie auf der Website der Deutschen Stiftung Eierstockkrebs unter www.stiftungeierstockkrebs.de

IMPRESSUM

HERAUSGEBER:
AH MedCom GmbH
Virtual Health Network®
Amalienpark 5, 13187 Berlin
www.ahmedcom.de

VISDP:
Joachim Herchenhan
(Geschäftsführer AH MedCom GmbH Berlin)

Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
(Direktor der Klinik für Gynäkologie der Charité – Universitätsmedizin Berlin [Campus Virchow-Klinikum, Campus Benjamin-Franklin],
Leiter des Europäischen Kompetenzzentrums
für Eierstockkrebs)

REDAKTION:
Prof. Dr. med. Jalid Sehouli
AH MedCom GmbH,
Joachim Herchenhan
Bettina Neugebauer

GESTALTUNG: Susanne Liebsch

PRODUKTION:
AH MedCom GmbH
Virtual Health Network®
Amalienpark 5, 13187 Berlin

Nachdruck, auch in Auszügen, nur mit Genehmigung der AH MedCom GmbH Berlin.
© AH MedCom GmbH, Dezember 2018, Berlin

HAFTUNGSAUSSCHLUSS:
Die Inhalte des Magazins wurden nach gründlicher Recherche und mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt. Eine Gewähr für inhaltliche Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität wird jedoch nicht übernommen.

QUELLENANGABEN:
https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/leben-mit-krebs/alltag-mit-krebs/krebspatient-im-winter.html; https://www.krebsinformationsdienst.de/behandlung/immunsystem-faq.php; https://www.krebsinformationsdienst.de/leben/fieber/fieber-infektionen.php; BUNTE, Heft 26/2018, S. 86f; https://www.krebsinformationsdienst.de/leben/alltag/thermalkuren-massage-sauna.php; https://www.krebsdaten.de/Krebs/DE/Home/homepage_node.html

BILDNACHWEISE:
Titel „Tumoristen“: © Daniel Hetzel; S.4: © Kzenon – stock.adobe.com; S.6: Foto Prof. Dr. med. Jalid Sehouli: © Prof. Dr. med. Jalid Sehouli; S.9–11: © Mara Zemgaliete – stock.adobe.com; .12: © Sashkin – stock.adobe.com; S.15: Foto Michael Kempf: © Michael Kempf; S.16: Foto Hannah Woopen: © Hannah Woopen; S. 20: Foto Patricia Riekel © Hubert Burda Media / Sabine Finger; S.23: Hegemann am Strand; S.24: Foto Mirjam Hegeman und „Tumoristen“ © Mirjam Hegeman; S.31: © brat82 – stock.adobe.com; S.34: © pictworks – stock.adobe.com; S.36: © fortyforks – stock.adobe.com; S.38: © Rido – stock.adobe.com; S.38: © kerdkanno – stock.adobe.com; S.39, 40: © yonibunga – stock.adobe.com; S.40: Foto Prof. Dr. med. Andreas Michalsen: © Prof. Dr. med. Andreas Michalsen; S.45–47: Impressionen Welteierstockkrebstag 2018 © Deutsche Stiftung Eierstockkrebs; S.48: © Studio KIVI – stock.adobe.com